ИЛЬЯ ЛАЗЕРСОН
МИХАИЛ СПИЧКА

# СКОРАЯ КУЛИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

В БУДНИ И ПРАЗДНИКИ

## НА ВАШЕЙ КУХНЕ

SHOUT
SHARE
IT

# Annotation

Двадцать лет каждое воскресенье идет в прямом эфире радиопередача «Скорая кулинарная помощь». В ней Михаил Спичка принимает вопросы от слушателей, а Илья Лазерсон на них отвечает. Категории вопросов самые разные. От выбора продуктов до способов и сроков хранения. Как выбрать мясо для шашлыка? Как определить спелость авокадо? Можно ли пить коньяк, купленный еще при Брежневе? Спрашивают, конечно, и о правилах приготовления тех или иных блюд, о составе и соотношении ингредиентов в рецепте…

Отвечая на поставленные вопросы, авторы дарят вам необычную, «вкусную» книгу, в которой дают массу полезных кулинарных советов на все случаи жизни в будни и праздники. Вы узнаете о простейших способах приготовления пищи, о новых тенденциях в мире кулинарии, получите оригинальные рецепты. В книге прокомментированы многочисленные ошибки, неточности огромного количества издаваемых нынче кулинарных книг, кулинарных разделов глянцевых журналов, изданий попроще и Интернете…

Авторы предлагают отнестись к приготовлению блюд с фантазией и выдумкой. Их простые советы и рекомендации окажут вам скорую и эффективную кулинарную помощь.

- Илья Лазерсон, Михаил Спичка
  - ○
  - ○ Вместо предисловия [попытка интервью)
  - ○ Раздел I
    - ■ О салатах
      - ■
      - ■ «Оливье»
      - ■ Винегрет
      - ■ Сельдь под «шубой»
      - ■ Салаты с кукурузой
      - ■ Иностранные салатные гости
      - ■ Салаты с макаронными изделиями
      - ■ «Цезарь»
      - ■ Картофельный салат
      - ■ Шопский салат
      - ■ Греческий салат
      - ■ «Уолдорф»
      - ■ Колслоу
      - ■ Салаты с авокадо

- «Нисуаз»
- О бульонах
  - Правила варки
    - 
    - Осветление бульонов
- О супах
  - Классификация
    - 
    - Приготовление кислых супов
  - Отдельно про борщ
  - Супы-пюре
  - Холодные супы
- О блюдах из мяса
  - 
  - Гуляш
  - Беф-строганов
  - Котлеты
  - Беф-бургиньон
  - Шашлык
- О блюдах из птицы
  - Чахохбили
  - Киевская котлета
  - Фрикасе
  - Пожарские котлеты
  - Сациви
  - Цыпленок «тапака»
- О блюдах из рыбы и морепродуктов
  - Домашнее соление рыбы
  - Жарка рыбы
  - Томленые кальмары
- О блюдах из картофеля
  - Как правильно жарить картофель
  - О картофельном пюре
- О блюдах из круп
  - Каши
  - Про плов
    - 
    - Теперь о плове азербайджанском
- О видах теста и способах его приготовления
  - Не бойтесь работать с тестом!
  - Дрожжевое тесто для хлеба пирогов, пирожков
  - Дрожжевое тесто для оладий
  - Тесто для блинов и блинчиков

        - Пресное тесто для пирожков и пирогов
        - Песочное тесто
        - Заварное тесто
        - Слоеное тесто
        - Бисквитное тесто
        - Воздушное тесто [меренга]
        - Вафельное тесто
        - Тесто для вареников и пельменей
        - Кляр
    - О начинках для пирожков
        - Мясной и ливерный фарши
        - Рыбный фарш
        - Начинка из капусты
- Раздел II
    -
    - О лазанье, омлете, жульене
        -
        - Жульен
        - Омлет
    - О специях, приправах, пряностях
        - Совместимость продуктов и приправ
    - Словарь специй
    - О соусах холодных
        - Домашний майонез
        - Салатные заправки
        - Песто по-генуэзски
    - О горячих соусах
        -
        - Томатный соус
        - Соус карри
        - Голландский соус
        - Беарнский соус
    - О пицце
- Не очень большой и не очень энциклопедический кулинарный словарь
- Послесловие Ильи Лазерсона

- notes
    - 1
    - 2
    - 3

# Илья Лазерсон, Михаил Спичка Скорая кулинарная помощь на вашей кухне. В будни и праздники

*Необычная, «вкусная» книга дарит вам массу полезных кулинарных советов на любые случаи жизни в будни и праздники*

# Вместо предисловия [попытка интервью)

**М. Спичка:** Уже двадцать лет каждое воскресенье мы ведем в прямом эфире радиопередачу «Скорая кулинарная помощь». В ней один из нас (М.С.) принимает вопросы от слушателей, а другой (И.Л.) на них отвечает. Категории вопросов самые разные. От выбора продуктов до способов и сроков их хранения. Как выбрать мясо для шашлыка? Как определить спелость авокадо? Можно ли пить коньяк, купленный еще при Брежневе? Звучат просьбы объяснить значение того или иного кулинарного термина или названия продукта, например, что такое припускание, пассерование, маракуйя, джамбалайя, сотэ и т. д. Спрашивают, конечно, и о правилах приготовления тех или иных блюд, о составе и соотношении ингредиентов в рецепте…

**И. Лазерсон:** Последняя из перечисленных групп вопросов, естественно, самая многочисленная. Особенность ответов на вопросы из этой группы состоит в том, что, во-первых, мы стараемся избегать излишней категоричности и, во-вторых, по возможности, уклоняться от перечисления конкретных цифр.

**М. Спичка:** Очень часто слушатели задают вопросы о приготовлении блюд в такой форме: «Скажите, а как *правильно* готовить сациви, грибной жульен, макароны по-флотски?..»

**И. Лазерсон:** Но кто знает, как правильно? Я убежден в том, что количество версий упомянутого сациви примерно равняется

количеству живущих на планете грузин, а версий фаршированной рыбы даже больше, чем придумавших ее евреев… Сколько копий уже сломано и еще будет сломано над накрытым столом!

**М. Спичка:** А разве накрытый стол – не место для подобных дискуссий?

**И. Лазерсон:** Как я заявляю уже в течение двух десятков лет нашим слушателям, так теперь хочу признаться и нашим читателям. Я не знаю, как правильно. Могу лишь руководствоваться своим опытом. Поэтому всегда отвечаю: «Не знаю, как правильно, но послушайте, как это делаю я».

**М. Спичка:** Чем еще эта книга будет отличаться от других кулинарных изданий, а, может, и в чем-то с ними полемизировать?

**И. Лазерсон:** В этой книге также хотелось бы прокомментировать многочисленные ошибки, неточности огромного количества издаваемых нынче кулинарных книг, кулинарных разделов глянцевых журналов, изданий попроще и Интернета. Нередко их рекомендации основаны на явных предрассудках, которые объяснить невозможно. Рецепты часто не точны, потому что при их пересчете далеко не всегда следует руководствоваться прямо пропорциональной зависимостью.

Например, если в рецепте, рассчитанном на 4 порции, рекомендовано взять, к примеру, 100 г сливочного масла, то далеко не всегда для приготовления 12 порций этого же блюда надо брать 300 г масла. Этого, к сожалению, не понимают (потому что просто не знают) многочисленные авторы кулинарных книг. Они просто-напросто переписывают другие кулинарные книги, написанные такими же, как они, людьми, не державшими в руках ножа и не умеющими отличить пшено от пшеничной крупы. Механизм написания подобных кулинарных книг довольно прост – автор решил для себя, что он станет приводить рецепты из расчета на 6 порций. Тогда он берет пару кулинарных книг, в которых рецепты приведены, где на 2 порции, где на 4 порции, и, пользуясь полученными в начальной школе знаниями арифметики, пересчитывает их на «свое» количество порций. Так получается «новая» кулинарная книга. Люди покупают ее, начинают воспроизводить рецепт, а блюдо не получается – то жидко, то густо, то тесто опадает, то каша вместо рассыпчатой получается в виде размазни.

**М. Спичка:** Но неужели в приготовлении еды можно вообще обойтись без цифр, количества и пропорции ингредиентов?

**И. Лазерсон:** Без цифр, конечно, обойтись трудно, но и цифры я попытаюсь использовать концептуально и по возможности так, чтобы они запоминались.

В книге рассматриваются только базовые разделы кулинарии. Читатель в подробностях узнает, как надо варить бульоны, какие общие подходы существуют при приготовлении супов, в том числе и самых популярных.

Мы проанализируем салатную классику, как отечественную, так и зарубежную, по-иному посмотрим на различные виды теста и даже на те из них, которых вы боитесь (слоеное, меренга, заварное, вафельное и т. д.). Уверяю вас, они перестанут вас пугать. Вы поймете, какими должны быть фарши для котлет, фрикаделек, пельменей. Я разложу для вас по полочкам начинки для пирогов…

**М. Спичка:** А что-то специальное ждет постоянных слушателей программы «Скорая кулинарная помощь»?

**И. Лазерсон:** Конечно. Кроме упомянутых выше концептуальных советов по приготовлению «базовых» блюд, которым посвящен первый раздел книги, мы ответим на наиболее часто встречающиеся вопросы слушателей и читателей наших книг. Эти вопросы касаются, главным образом, непривычных для нас специй, пряностей и приправ. Все это во втором разделе книги.

**М. Спичка:** Тогда – приятного чтения и приятного аппетита!

**И. Лазерсон:** «За нами, читатель!»

# Раздел I
# Концептуальные советы

# РАЗДЕЛ I

# КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ СОВЕТЫ

# О салатах

Что такое салаты? Во Франции и Италии, например, к приготовлению салата относятся как к величайшему искусству. Итальянцы утверждают, что салат должны готовить четыре человека: скупой заправляет салат уксусом, философ добавляет в него соль, щедрый поливает его маслом, а художник перемешивает салат.

Вообще говоря, надо ведь не только выполнить требования рецепта, то есть сочетать рекомендованные ингредиенты в салате, очень важно знать и соблюдать их баланс. Так что сама идея книги, которую вы сейчас держите в руках, очень хорошо подходит именно к салатам. Не станем приводить четкие рецептуры салатов, а, оставаясь в рамках концепции книги, укажем соотношения ингредиентов. Это необходимо для получения правильного вкуса блюда, потому что изюминка салатов и заключается в ощущении букета вкусов. Начнем со стандартов, то есть с салатов, известных в нашей стране каждому, но также приведем примеры классических салатов, получивших мировое признание. Все это в совокупности даст вам возможность «почувствовать» салаты, и, владея этим чувством, вы сможете сами составлять сбалансированные комбинации из разнообразных исходных продуктов.

Но прежде чем мы перейдем к делу, позволим себе высказаться о планировании трапезы, принимая во внимание то, что именно с салатов и закусок мы ее начинаем (аперитивы не в

счет). Вот что волнует в связи с этим: ведь всегда хочется приготовить столько еды, чтобы она не оставалась в большом количестве. В особенности это касается как раз салатов, они ведь у нас все сдобрены, как правило, майонезом и долго храниться не могут. Заправленный салат долго не проживет даже в холодильнике! Может быть, поэтому в первые дни января каждого Нового года страна вываливает в мусоропровод тысячи тонн испортившихся салатов?

Поэтому логично именно в этом разделе порассуждать о правильном количестве еды. Сколько нужно для одного едока, для семейной трапезы, для большого застолья? Как вы думаете, сколько по весу еды может съесть взрослый человек в рамках одной, пусть весьма продолжительной, трапезы?

Ответ, конечно, зависит от конкретного индивидуума. Однако с трудом можно представить себе человека, способного съесть в рамках одного, пусть весьма продолжительного застолья, скажем, 2 кг еды. Вот таким параметром – весом еды, которую съест каждый участник трапезы, можно руководствоваться при планировании меню, а следовательно, при закупке продуктов и готовке.

Возвращаясь к салатам, заметим, что если вы предусматриваете в качестве закусочного блюда только один салат (схема трапезы такая – салат, суп, основное блюдо, десерт), то прикинуть количество салата несложно. Достаточно руководствоваться следующими соображениями: если вы собираетесь приготовить салат с использованием отварного картофеля (типа «Оливье», винегрета или салата с крабовыми палочками), то отварите столько среднего размера картофелин, сколько человек будет у вас за столом. А затем, пользуясь нашими рекомендациями (см. ниже), приготовьте салат. Если же вы готовите салат, где основой будет рис, примите во внимание, что отварного риса у вас должно быть чуть более половины стакана на каждого человека. Такие ингредиенты салатов, как картофель, рис, макароны, кукурузные зерна, давайте условно назовем балластными, то есть придающими объем и вес салату. И, кстати, снижающими себестоимость. Ведь именно эти компоненты являются самыми дешевыми.

Целесообразно принимать за основу примерное количество балластного ингредиента на одну порцию салата. Условимся, что балласта всегда будет чуть более половины стакана. А возвращаясь к картошке, заметим, что если среднюю картофелину нарезать для салата, то объем нарезанной картошки как раз будет чуть более половины стакана.

Итак, перейдем к самым любимым нами салатам.

## «Оливье»

Он настолько популярен, что трудно удержаться и не привести некоторые занимательные сведения об этом салате. Когда мы слышим или произносим слово «салат», то невольно хочется продолжить – «Оливье». Ситуация схожа с майонезом: майонез – это всего лишь один из многочисленных холодных соусов, а в массовом сознании – некий обособленный продукт.

Многие считают, что знаменитый салат придумал Люсьен Оливье. Вот что писал Владимир Гиляровский в своей книге «Москва и москвичи»: «Считалось особым шиком, когда обеды готовил повар-француз Оливье, еще тогда прославившийся изобретенным им „салатом Оливьеа, без которого обед не в обед, и тайну которого не открывал. Как ни старались гурманы, не выходило – „то, да не то“».

Речь идет о ресторане «Эрмитаж» на Трубной площади в Москве. Существует и другая версия. Да, был повар Оливье, он готовил по заказам и приглашениям на пол-Москвы царствования Александра Миротворца. И готовил он зафиксированный еще в кулинарных книгах XVIII века салат «Оливье», названный так по применяемому в нем майонезу «Оливье»… Хотя и считается, что тайна этого салата ушла вместе с ним (журнал «Огонек» от 21 декабря 1998 года сообщал, что повар-француз похоронен на Немецком, бывшем Введенском, кладбище в Москве, на участке № 12), во многих российских кулинарных книгах начала XX века приводятся многочисленные рецепты вкусного салата.

Есть легенды о том, как появилась в «Оливье» морковь. Приписывается это наблюдение (пожалуй, выдумка) остроумцу поэту Михаилу Светлову. В тридцатые годы в ресторане Дома литераторов вместо крабов в салат подвыпившим гостям стали класть мелко нарезанную морковь. По цвету – похоже, а по вкусу в таком состоянии сложно разобраться…

В тридцатых годах XX века о салате вспомнил Иван Михайлович Иванов, шеф-повар ресторана «Москва», служивший в молодости подмастерьем у Оливье. Русский кулинар заменил буржуйского рябчика на рабоче-крестьянскую курицу и назвал свое творение салат «Столичный». Наверное, за его «столичное» происхождение, хотя столица во время создания оригинала все-таки была в Петербурге, а не в Москве. В 1940-х закуска начала свое триумфальное шествие по советским ресторанам, а в 1950-х «Столичный» окончательно выбил демократичный винегрет с праздничного стола. И, тем не менее, в меню английских, французских, американских и даже испанских кафе он встречается именно как «Русский салат».

Например: Salade a la Russe (иногда даже как Salade Olivier и очень редко как Stolichnyi Salat). Даже в ресторанах на Канарских островах (!) его называют Ensalada rusa и готовят из нарезанного крупными кусками картофеля, зеленого горошка, любой рыбы в масле, вареных яиц, моркови, лука и, конечно же, майонеза.

Можно долго рассуждать о том, каким должен быть правильный «Оливье», вспоминать историю, настаивать на использовании мякоти пернатой дичи, каперсов, раковых шеек, майонеза с изрядной долей горчицы и пр. В данном случае мы попробуем привести соотношения основных ингредиентов салата, допуская некоторые добавки. При этом не станем декларировать, что приводим «самый настоящий» рецепт. Нет, это всего лишь опробованный на многих людях подход.

Как вы думаете, какой ингредиент для достижения хорошего баланса вкуса должен преобладать в «Оливье»? Главных, понятное дело, два – это картофель и мясо (куриная мякоть). Таким образом, нетрудно запомнить первое правило: для салата надо предусмотреть одинаковое по весу количество отварного картофеля и приготовленного мяса (отварного или жареного). Соленых огурцов нужно подготовить по весу в полтора раза меньше, чем картофеля или мяса. Вот это – основа.

Далее зависит от вас. Если вы считаете нужным добавить отварную морковь, то имеет смысл положить ее в три раза меньше, чем картофеля. Хотите зеленый горошек – добавьте его не меньше, чем моркови, и не больше, чем огурцов. Сваренные вкрутую яйца – из расчета ⅓ часть на каждую порцию, то есть на каждую картофелину. Или как моркови (запомните, вес одного яйца примерно 50 г). Майонез – произвольно, по своему вкусу, хотя попробуйте как-нибудь заправить салат просто хорошим маслом. Каперсы, ломтики филе анчоуса, раковые шейки (мясо краба, креветки) – произвольно. С этими ингредиентами трудно переборщить – уж больно они дорогие! Более того, попробовав каждый из них, вы сразу же поймете, сколько положить. И последняя рекомендация: если у вас есть сомнения, что салат полностью съедят, то не заправляйте весь салат майонезом. Незаправленный салат гораздо дольше хранится в холодильнике, и в нужный момент вам останется только заправить его майонезом и съесть.

Есть еще одно важное замечание: не стыдитесь добавить в салат немного красной икры. Можно как минимум украсить ей салат сверху. Икра в данном случае срабатывает как усилитель вкуса. И еще такой «лайфхак» (этим модным словом сейчас принято называть маленькие хозяйственные хитрости): если в вашем распоряжении имеется селедочная икра, добавьте ее в

«Оливье», она даст такой же эффект, как и красная.

Все перечисленные рекомендации сведем в таблицу.

| Ингредиент | Весовая часть |
|---|---|
| Отварной картофель | 1 |
| Мясо (мякоть птицы) готовое | 1 |
| Соленые огурцы | $^2/_3$ |
| Отварная морковь | $^1/_3$ |
| Зеленый горошек из банки | $^1/_3$ |
| Яйца | $^1/_3$ |
| Майонез | Произвольно |

## Винегрет

Что главное в винегрете? Для полной гармонии вкуса в этом салате должны преобладать кислые ингредиенты! Из кислых составляющих, как правило, используют соленые огурцы или квашеную капусту, либо их смесь. Если вы готовите винегрет только с солеными огурцами, знайте – огурцов должно быть больше (по весу, естественно), чем любого другого ингредиента. Примем количество огурцов или их смеси с кислой капустой (50: 50) за единицу, тогда по отношению к ним картофеля возьмем ⅔, свеклы – как картофеля, моркови – ⅓, зеленого лука – по вкусу. Зеленый горошек может быть добавлен за счет уменьшения количества картофеля и соленых огурцов.

Когда в винегрет добавляют не овощной ингредиент, блюдо обозначают отдельно. Например, винегрет с рыбой (сельдь, килька и т. п.) или с мясом. Когда добавляют филе сельди или кильки, баланс ингредиентов существенно меняется. В этом случае огурцы – 1, картофель – 1, свекла – ⅓, моркови добавим столько же, сколько и свеклы. Само же филе сельди или кильки добавляют в приготовленный по такому соотношению винегрет из расчета 1: 4, то есть на 4 весовых части винегрета – 1 часть филе. Когда готовят винегрет с мясом (обычно жаренным крупным куском и нарезанным, как овощи), то чем больше мяса, тем лучше. Уместно добавить в винегрет и мясо и, например, селедку. Селедка, как икра в «Оливье», усиливает вкус салата.

Винегрет, по традиции, заправляют одноименным соусом (о происхождении названия см. в словаре статью «соус „винегрет“»), состоящим из уксуса и растительного масла. Соотношение уксуса и растительного масла определяется концентрацией уксуса – чем она выше, тем меньше уксуса нужно налить. Когда берут уксус 3 %-ный (см. этикетку на бутылке), то смешивают жидкости по

объему в соотношении 1: 1, если уксус 6 %-ный, то соотношение уксуса и масла 1:3. Мы рекомендуем пользоваться любым винным уксусом, а спиртовой считаем кулинарным атавизмом. Обычно винные уксусы имеют концентрацию 6 %.

Информация о соусе «винегрет» была бы неполной без упоминания горчицы – применительно к одной из версий этого соуса. Речь идет о готовой горчице, в соусе ее может быть не менее половины количества уксуса. А сколько соуса лить? Здесь стоит поэкспериментировать. Приготовьте порции на 4 (по картофелю считайте, не забыли?) винегрета чуть менее ½ стакана соуса и постепенно заправьте салат, пробуя его. Как только вам понравился вкус, остановитесь и зафиксируйте, сколько заправки вы налили. И запишите!

Стоит упомянуть об очень важной характеристике винегрета – его цвете. В идеале винегрет должен быть пестрым, то есть каждый ингредиент должен сохранить свой цвет. На практике этот салат обычно окрашен однородно в характерный свекольный цвет – уж больно хорошо отварные картофель и морковь вбирают цвет свеклы. Умные книги рекомендуют следующий нехитрый трюк. Вначале только свеклу заправить частью растительного масла, затем смешать все оставшиеся ингредиенты, добавить к ним приготовленную свеклу и ввести заправку. Авторы таких книг мотивируют рекомендацию тем, что свекла покрывается тонкой пленкой масла, препятствующей распространению краски на другие ингредиенты. Теоретически да, но на практике это не работает. Важнее все-таки смешивать винегрет незадолго до подачи.

Сведем все в таблицу.

| Ингредиент | Весовая часть |
|---|---|
| Отварной картофель | $^2/_3$ |
| Отварная свекла | $^2/_3$ |
| Соленые огурцы (или их смесь с капустой) | 1 |
| Отварная морковь | $^1/_3$ |
| Зеленый горошек из банки | Вместо части картофеля и огурцов |
| Зеленый лук | По вкусу |

## Сельдь под «шубой»

А на что больше всего похожа сельдь под «шубой»? Правильно, на винегрет с сельдью: и свекла есть, и картофель, и морковь. Хотя вкусы этих салатов (сельдь под «шубой» –

типичный салат, только слоеный) сильно отличаются. Но если вы готовите праздничный стол, то вряд ли стоит делать и винегрет, и сельдь под «шубой» для одной трапезы. Для того, чтобы осмыслить приготовление сельди под «шубой», мы не станем даже заниматься анализом соотношений ингредиентов. Это один из немногих салатов (реверанс в сторону салата «Мимоза»), получающихся сбалансированным по вкусу благодаря тому, что ингредиенты располагаются слоями.

В данном случае важнее правильно определить последовательность размещения ингредиентов, руководствуясь не только вкусовыми ощущениями, но и консистенцией продуктов, чем мы сейчас и займемся. Сначала дно блюда (лучше, чтобы оно было без бортиков, так салат превратится в подобие торта) выстелите тонким слоем тертого на крупной терке картофеля. Если сразу на дно положить кусочки селедки, то при порционировании они там и останутся, и придется их дополнительно подбирать. Чтобы и «шуба», и селедка не разваливались, снизу их нужно связать картофелем. Когда мы на блюдо вначале уложим тонкий слой чуть клейкого натертого картофеля (согласитесь, сваренный «в мундире» картофель всегда слегка клейкий), а потом на него положим ломтики селедки, то селедка прилипнет к картофелю, и при дальнейшем порционировании уже готового салата селедка вместе со своей «шубой» гарантированно попадет на тарелки к гостям.

Теперь можно накрыть картофель нарезанным филе сельди. Затем покрыть все мелко шинкованным репчатым или зеленым луком. Если репчатым, то его предварительно можно бланшировать (см. «Словарь») или чуть посыпать сахаром и перемешать. Затем сельдь и лук смазать майонезом. Потом наступает опять черед картофеля, очищенного и в идеале нарезанного кубиками. В общем, нужно сделать так, чтобы картофель полностью закрыл лук. Затем опять майонез. Вот теперь наступает «момент истины». Обычно за картофелем следует морковь, нарезанная кубиками или натертая. Но, по нашему глубокому убеждению, правильным будет уступить место в следующем слое тертому яблоку. Кисло-сладкая нотка нужна. (Справедливости ради, заметим в скобках, разумной представляется рекомендация тереть яблоко на лук.) Затем – морковь, майонез и, наконец, свекла, майонез, увенчанный обсыпкой из тертого яйца.

Таким образом, для закрепления материала выстроим нехитрую схему последовательности слоев: картофель – сельдь – лук – майонез – картофель – майонез – яблоко – морковь – майонез – свекла – яйцо.

Для разнообразия приведем еще одну схему. Она может показаться странной, однако насколько она необычна, настолько же хороша (да, заметьте, все ингредиенты – холодные). Итак: картофель – сельдь – майонез – обжаренный лук с морковью – майонез – обжаренные шампиньоны (ломтики) – майонез – обжаренные разноцветные сладкие перцы (соломка) – майонез – яйцо, укроп.

## Салаты с кукурузой

Консервированная кукуруза за последние годы завоевала широкую популярность в нашей стране. Как уже отмечалось, этот продукт является балластным, поэтому чаще всего в соответствующих салатах кукурузы больше, чем любого другого ингредиента. Рассмотрим классический салат, называемый совсем просто, – «американский». В данном случае, в отличие от предыдущих, будем оперировать не весовыми, а объемными соотношениями продуктов.

Прежде всего, о том, что входит в салат: кукуруза, ананас, отварная куриная грудка, свежие огурцы, салатная заправка (уксус, растительное масло, кетчуп), сваренные вкрутую яйца. Соотношения в данном случае простые – 1 объемная часть ломтиков ананаса (свежего или консервированного); 3 объемные части кукурузы; 1 объемная часть нарезанной отварной куриной грудки; 1 объемная часть свежих огурцов (без кожи и семян); ½ объемной части салатной заправки, та, в свою очередь, состоит: из одной части винного уксуса (или лимонного сока), вдвое меньшего количества части кетчупа и трех частей растительного масла. В таком салате сваренное вкрутую яйцо используется в качестве украшения (дольки), поэтому количество яиц определяется произвольно, к примеру, из расчета ⅓ часть яйца на человека.

Нужно сделать несколько замечаний, касающихся не «героя» этого раздела, а упомянутых ингредиентов приведенного «американского» салата, в частности ананаса и огурца. Вначале об ананасе. Мякоть ананаса, как известно, содержит собственный фермент – бромелайн. Когда вы вкушаете яства, приготовленные со свежими ананасами, ощущается легкое покалывание слизистой оболочки рта. Это напоминает о себе бромелайн. Подчеркнем, со свежими ананасами. В консервированных или подвергшихся тепловой обработке ананасах бромелайна нет, он разрушается.

Бромелайн обладает высочайшим протеолитическим свойством, то есть умением «переваривать» белки. Подобно пепсину в нашем желудочном соке. Считается, что бромелайн

сжигает жиры. Но следует скептически относиться к суждениям о легендарной способности бромелайна напрямую сжигать избыточные жировые отложения в организме человека. Удивительный фермент, обеспечивая более активное расщепление белковых продуктов, просто не позволяет «набрать обороты» процессам гниения продуктов в кишечнике. Печень как центральная биохимическая лаборатория организма получает возможность заниматься с повышенной активностью своей основной обязанностью – метаболизмом (обменом веществ), не отвлекаясь на небезопасное для собственных клеток противодействие всяческим «миазмам». Ожирение – следствие дезорганизации нормального протекания ряда ключевых реакций обмена веществ и энергии. Таким образом, помогая работе печени, бромелайн действительно может понизить степень ожирения. Но речь идет только о свежем ананасе. Это важно понимать, поскольку многие женщины пытаются есть много ананасов в надежде похудеть, но употребляют консервированные ананасы, а те не «работают» на нужный эффект. Кстати, последствия воздействия бромелайна можно увидеть, если салат с куриной мякотью и свежим ананасом оставить часов на 12 в холодильнике. В результате этого ананас просто «съест» куриную мякоть – кусочки ее станут дряблыми, расползающимися. Поэтому салаты с использованием свежего ананаса долго хранить нельзя.

Теперь об огурцах. По сравнению с ананасом, огурец борется с ожирением только потому, что некалориен. Но применительно к салатам необходимо отметить важность предварительной обработки огурцов. Для любых салатов огурцы надо очистить и удалить, выскребая ложкой, семена. Таким образом, используется только огуречное «мясо». Это целесообразно не только с точки зрения вкусовых ощущений, но и для улучшения консистенции блюда – в мякоти, окружающей семена, очень много влаги, и она, выделяясь из огурцов при перемешивании салатов, разжижает их. Так что удалением семян не стоит пренебрегать.

Что касается заправки, то соотношение ингредиентов сопоставимо с винегретной заправкой, вот только кетчупу нужно найти место. Но вспомните рекомендованную ранее горчицу для того же винегрета и положите кетчупа столько же. Справедливости ради следует заметить, что можно и простым майонезом заправить, но с «изюминкой», в качестве которой может выступить порошок карри или пряность чили. Особо похвалим пряность чили – это не просто перец чили (причем не жгучий, а пряный), а его смесь с некоторыми другими ингредиентами, представляющая собой темно-бурый порошок.

Его выпускает только «Santa Maria», и, кстати, порошок карри у этой торговой марки тоже очень хороший. Так вот, когда есть необходимость комбинировать «изюминку» с майонезом, стоит применить нехитрый трюк – вначале ввести добавку в сам майонез, дать ему настояться, перемешивая время от времени, и только потом таким майонезом заправить салат. Обычно кладут 1 ч. ложку такой вот «изюминки» на стакан майонеза.

Что ж, хватит умничать, и пора, по традиции, свести концепцию «американского» салата в таблицу.

| Ингредиент | Объемная часть |
|---|---|
| Кукуруза из банки без жидкости | 3 |
| Мякоть ананаса | 1 |
| Отварная куриная грудка (нарезанная соломкой) | 1 |
| Свежие огурцы без кожи и семян | 1 |
| Салатная заправка | 1/2 |

Предчувствуем ваше недоумение, дорогой читатель, и рожденный этим недоумением вопрос: а где же концепция нашего любимого салата из кукурузы и крабовых палочек?

Да, действительно, несправедливо как-то получается. Что ж, палочки так палочки… Далее слово *крабовые* хочется поставить в кавычки. Ведь упоминание здесь этого продукта не имеет непосредственного отношения к крабам, они лишь имитируют их вкус и вид.

Что же такое крабовые палочки, как их готовят и из чего? Все крабовые палочки, крабовое мясо, крабовую лапшу готовят из сурими. Это некая рыбная масса, ее получают так: рыбу очищают, удаляют голову, извлекают кости. Оставшуюся мякоть мелко нарезают и промывают в холодной воде. Продолжительность промывания, количество воды и все прочие технологические тонкости зависят от конкретных обстоятельств, например от вида рыбы. Таким образом, из рыбной массы полностью удаляются водорастворимые белки, ферменты, рыбий жир. После удаления воды остаются концентрированные нерастворимые в воде рыбные белки – плотная белая масса, лишенная специфического рыбного вкуса и запаха. Это и есть сурими. Изготавливают сурими также и из кальмаров. Затем сурими замораживают и везут на другой завод. Там в размороженную сурими добавляют крахмал, яичный белок, ароматизаторы, формируют палочки и наносят на них краску. Затем палочки упаковывают, стерилизуют и замораживают. Выпускают и не замороженные палочки, они – дороже и лучше по вкусу.

Обратимся, однако, к салату. Как и для всех салатов, важно рассмотреть сочетание балластного продукта (кукурузы) и крабовых палочек, здесь обратимся к весовым соотношениям. Практика показывает, что соотношение крабовых палочек и кукурузы может быть 2: 3, то есть, например, на 200 г крабовых палочек – не менее 300 г кукурузы. Помимо обозначенных основных продуктов их могут дополнить такие комбинации:

Яйца – помидоры – майонез (у помидора надо удалить семена).

Свежие огурцы – яблоки – красный лук – майонез.

Отварное куриное филе – маслины – майонез.

Яйца – обжаренный лук – майонез.

Свежие огурцы – китайская капуста – сладкий перец – майонез.

Сыр – ананас – китайская капуста – бланшированный красный лук – майонез.

Если сложить вес кукурузы и палочек, то вес яиц, с какими бы дополнительными продуктами они ни комбинировались, не должен превышать третью часть этой суммы.

*NB*:

Комбинация «огурцы – яблоки» или «огурцы – китайская капуста – сладкий перец» не должна превышать ⅔ общей суммы;

«куриное филе – маслины» должна, конечно, быть смещена в сторону куриного филе и не должна превышать ½ этой суммы;

«сыр – ананас – китайская капуста» не должна превышать ½ этой суммы.

Очевидно, что количество майонеза определяется вашим вкусом.

## Иностранные салатные гости

Всю советскую историю наша страна была достаточно закрыта от всего мира, в том числе и в кулинарной сфере. Железный занавес отделял нас не только в демократическом смысле, но и, на удивление, в гастрономическом. Весь мир давно признал существование международного «кулинарного фонда», в нашей стране все это отвергалось. Например, литература, издававшаяся в конце 1920-х годов прошлого века и пропагандировавшая классические кулинарные традиции, фактически находилась под запретом. Те рецепты, которые все же не отвергали, упрощались, происходили замены одних продуктов другими. Кулинарное мастерство деградировало.

Вот что написано во вступлении к учебнику кулинарии Мюллера и Белотелова, изданному в начале 1930-х годов:

«Прежние кулинарные светила, такие как Радецкий, Эскофье и др., уже отжили свое время: их открытия и достижения для нас устарели и к массовой кухне не применимы. Благодаря Великой Октябрьской революции перед современной кулинарией поставлены совершенно иные задачи – не услащать единичный вкус извращенной буржуазии и не делать ставки на французскую кухню с ее непонятной терминологией, а дать массовый, здоровый, сытный и вкусный обед новому потребителю, своему товарищу по работе – рабочему, который идет в столовую не лакомиться, а здорово, вкусно и сытно пообедать – получить новые калории».

Немало вреда даже в кулинарии принесла борьба с космополитизмом. Такая позиция получила свое отражение не только в домашней кухне, но и в ресторанной. Сейчас мы абсолютно открыты и уже хорошо знакомы с иностранными классическими салатами. Настолько хорошо, что уже начинаем спорить друг с другом о деталях. Поэтому позволим себе немного порассуждать о некоторых крайне популярных, но «не наших» салатах.

## Салаты с макаронными изделиями

Прежде всего, об общих положениях, относящихся к макаронным изделиям: о выборе сортов муки и немного о технологии их изготовления. Вначале кратко о способе изготовления. Хорошие макаронные изделия готовят из пшеничной муки твердых сортов, причем мука эта крупчатая, то есть ее частицы мельче, чем у манки, но крупнее чем у привычной муки. Из такой муки готовят тесто с добавлением воды и яиц, тесто содержит мало влаги и не представляет единого целого, оно даже крошится. Затем это тесто загружают в машины и под давлением через фильеры выдавливают определенный вид изделий. Очень много зависит от материала фильер. Изнутри фильеры могут быть покрыты тефлоном, а могут быть сделаны из бронзы. Когда тесто проходит через тефлоновые фильеры, изделия получаются гладкими, а когда через бронзовые – шероховатыми. А что же лучше? Здесь нужно понимать, что «пасты» (это общее итальянское название макаронных изделий, и в дальнейшем мы будем пользоваться этим термином) всегда чем-нибудь заправляют, в основном, соусами. В идеале часть соуса паста должна впитать, и тогда она получается наиболее вкусной. Но впитывающая способность пасты во многом зависит от площади ее поверхности – чем она больше, тем лучше. И, естественно, шероховатая паста имеет гораздо большую площадь

поверхности, чем гладкая. При смешивании пасты с соусом, часть его паста впитает за счет шероховатости, а не впитавшийся соус будет на шероховатостях, обеспечивая дополнительную сочность, и блюдо достигнет нужной консистенции. Если паста гладкая, она хуже впитает соус, а не впитавшаяся часть не будет задерживаться на ее поверхности. Таким образом, паста существует в тарелке сама по себе, а соус – отдельно. Теперь понятно, почему шероховатая паста лучше?

Форм макаронных изделий множество, но для паста-салата уместно пользоваться такими видами, как талья-телле или пенне.

Тальятелле – это широкая, тонкая, длинная лапша, собранная в пучки. Они продаются в упаковках обычно по 450–500 г. Пенне – цилиндрики небольшого диаметра и наискосок разрезанные. Мы их знаем как «перья». Причем очень хороши те пенне-перья, которые имеют продольные бороздки (так называемые пенне-ригате), что способствует удерживанию соуса на них, ведь часто пасты едят с соусом в горячем виде или заправляют холодным соусом салат.

Теперь о том, как правильно варить пасты не только для приготовления салатов, а для любого использования в горячем виде.

Естественно, опускаем макаронные изделия в подсоленную кипящую воду. Макаронные изделия вообще и в том числе для паста-салата не принято варить до конца, до полного размягчения. В итальянской кухне есть такой термин «аль денте», что в переводе означает «к зубам». В том-то и состоит искусство варки пасты: надо, чтобы она лишь немного прилипала к зубам. Для достижения такого результата нужно, во-первых, следить за временем приготовления (на упаковке всегда указано рекомендуемое время варки, но следует начинать пробовать изделия чуть ранее его окончания), а во-вторых, резко прекращать процесс варки. Но об этом чуть позже, а пока еще несколько слов о самой варке.

Рекомендации наливать немного растительного (оливкового) масла в воду для варки паст кочуют из книги в книгу, из одного глянцевого журнала в другой. Но вряд ли этот подход следует считать принципиально важным. Справедливости ради нужно заметить, что хуже паста от этого не становится, равно как и лучше тоже. Сторонники подобного способа варки объясняют эту рекомендацию тем, что паста не слипнется. Но заметим, что давно уже прошли те времена, когда макароны слипались при варке. Причем даже не столько при варке, сколько при хранении в мармите (на водяной бане) в советской столовой. Это было неминуемо – макаронные изделия делали из обычной муки, не

предназначенной для приготовления паст. Добавление растительного масла в воду для варки советских макарон, может быть, и помогало немного, но эффективнее все же правильно подобрать количество воды для варки и время от времени аккуратно перемешивать содержимое кастрюли.

Надо понимать, что когда любой продукт мы опускаем в кипящую воду, кипение прекращается, потому что температура продукта гораздо ниже, чем температура жидкости, поэтому жидкость просто-напросто охлаждается. Представьте себе, что мы с вами сейчас попытаемся сварить 1 кг макарон в 500 мл кипящей воды. Хорошо ли это будет? Так, при закладке макарон в кипящую воду она резко остынет, макароны размокнут и станут слипаться, да еще и объем жидкости очень мал, что тоже способствует слипанию. Поэтому достаточно пасту варить в большом объеме жидкости, и никакого масла туда лить не нужно, лишнее это!

Возвращаемся теперь к резкому прекращению варки и быстрому охлаждению. Важно, чтобы паста не продолжала размягчаться, будучи удаленной из воды. Поэтому, как только мы откинули на дуршлаг макаронные изделия, нужно без промедления промыть их холодной водой, выложить в какую-нибудь миску, сбрызнуть растительным (желательно оливковым) маслом, перемешать и сверху положить лед. И таким образом хранить до использования в салате.

Сделаем небольшой реверанс в адрес наших дам-читательниц и затронем животрепещущую проблему – паста и лишний вес. Итальянцы убеждены в том, что частое употребление в пищу всевозможных паст не вызывает полноты. Возможно, это можно объяснить следующим образом: пасты делают из муки, в муке много крахмала, при варке паст крахмальные зерна набухают (связывают воду), следовательно, повышается усвояемость крахмала. Итальянцы всегда варят пасту до степени «аль денте», крахмальные зерна не успевают набухнуть полностью, и углевод усваивается хуже.

Несмотря на то что группа салатов, которые мы рассмотрим, имеет общее название «паста-салаты», хочется заметить, что самой пасты в салате не должно быть больше, чем всех других ингредиентов в сумме (заправка не в счет). В данном случае речь идет о весе.

Переходим к концепции блюда и рассмотрим один из классических салатов, состоящий из пасты, сладкого перца, салями, с добавлением базилика и заправки из оливкового масла и уксуса.

Макаронные изделия освобождаем ото льда, сбрызгиваем

оливковым маслом и высыпаем в миску. Туда же кладем нарезанные ранее ломтиками сладкий перец и узкими полосками – салями, вливаем смесь растительного масла и уксуса, перемешиваем. После чего пышной горкой все это выкладываем в салатник. Края салатника (а если он прозрачный, то и дно) можно украсить листьями зеленого салата.

Поверьте, такой салат заслуживает того, чтобы появиться на нашем столе не только в будни, но и в праздники. Конечно, в будни такой салат выгодно готовить, когда, допустим, у вас осталось от горячего гарнира определенное количество макаронных изделий, достаточное для того, чтобы как-то их использовать.

Приведем еще некоторые удачные комбинации продуктов для паста-салатов (ингредиенты расположены в порядке убывания по количеству):

Отварное куриное филе – помидоры (не забудьте у помидора удалить семена) – майонез.

Отварные шампиньоны – яйца – зеленый горошек – каперсы.

Огурцы – помидоры – фета – маслины.

Отварное куриное филе – отварные кальмары – ананас – виноград – майонез – карри.

Рыба горячего копчения – яблоки – лук – майонез.

Консервированный тунец – яйца – каперсы – майонез.

Обжаренные цукини – сладкий перец – креветки – маслины – зелень – оливковое масло – лимонный сок.

## «Цезарь»

«Цезарь» определенно – это их «Оливье»! Его рецепт Международное общество эпикурейцев в свое время выставило в номинации «лучший американский рецепт за последние 50 лет». Это распространенный в США салат из зеленых салатных листьев, тертого сыра пармезан, гренок и анчоусов, обычно подаваемый с соусом из оливкового масла, лимонного сока, чеснока и яиц. Считается, что лучше всего для этого блюда использовать салат-ромэйн – разновидность латук-салата с сочными, чуть горьковатыми листьями.

«Цезарь» моложе «Оливье». По одной из версий, его «изобрел» в 1903 году чикагский шеф-повар, американец итальянского происхождения Джакомо Юний и назвал в честь своего исторического земляка Юлия Цезаря. Другая, более реальная, как представляется, версия утверждает, что салат придумал в 1924 году итальянский повар Цезарь Кардини, открывший сеть ресторанов в Тихуане (Мексика). Дело обстояло так. В День

независимости, отмечаемый 4 июля, ресторан Цезаря Кардини в небольшом городке южнее Сан-Диего, заполонили киношники, нагрянувшие из Голливуда. Они собирались отметить праздник обильной выпивкой, что было очень тяжело сделать в Лос-Анджелесе во времена сухого закона. Выпивки они раздобыли достаточно, а с едой произошел полный провал – все запасы кончились, соседние магазины или закрыты, или уже опустошены – праздник все-таки. Цезарю оставалось лишь что-то придумать на скорую руку, состряпать из тех немногочисленных ингредиентов, что остались в кладовой, салат: оливковое масло, хлеб, упаковка яиц. Ни одна из вариаций, придуманных им с ходу, его не удовлетворила, и тут он вспомнил, как мать-итальянка учила его: яйцо, опущенное в кипяток ровно на 60 секунд, приобретает консистенцию, покрывающую зелень, как хорошая салатная заправка (или, как сейчас модно выражаться, «дрессинг»). Кардини натер салатную миску чесноком, разбил туда яйца, вынутые из кипятка, порвал салатные листья на небольшие куски, добавил тертый сыр, уксус, лимонный сок, приправы и чесночные крутоны, поджаренные на оливковом масле…

Гости, как гласит легенда, оказались так довольны, что ничего больше и не просили. Слава же салата распространилась по всему континенту. Говорят, что Кардини возражал против того, чтобы в этот салат добавляли анчоусы, они, по его мнению, делают блюдо несколько грубоватым. А в 1948 году он даже запатентовал соус для своего салата, который до сих пор продается под названием «Cardinis Original Caesar dressing mix». А сегодня салат Цезаря стал чуть ли не «дежурным блюдом» большинства не только американских, но и многих европейских ресторанов. Кстати, самую большую в мире порцию салата приготовили в Нью-Йорке. Это был, естественно, салат «Цезарь», весивший 2,5 тонны.

| Ингредиент | Весовая часть |
|---|---|
| Яйца | 1 шт. |
| Растительное масло | $^3/_4$ стакана |
| Горчица | 2 ч. ложки |
| Чеснок | 1–2 зубчика |
| Филе анчоуса | 2 шт. |
| Лимонный сок | 1 ст. ложка |

А теперь к технологии. Дело, собственно, заключается не в самой салатной основе, а в соусе, которым салат заправляют.

Именно вокруг соуса разгораются баталии в среде профессионалов и любителей. Если проанализировать компоненты соуса, то становится очевидным, что это всего лишь майонез с некоторыми добавками и чаще всего приготовленный не на сырых желтках, а с использованием целых сырых яиц. В качестве ингредиентов, характерных для майонеза, используют растительное масло, уксус и часто горчицу. А особый вкус соусу придают тертый пармезан, измельченное филе анчоусов и лимонный сок, на одно яйцо в среднем берут ¾ стакана растительного масла, 2 ч. ложки горчицы, 1–2 зубчика чеснока, 2 филе измельченных анчоусов, 1 ст. ложку тертого пармезана и не менее 1 ст. ложки лимонного сока.

## Картофельный салат

Наипростейшее, но и наифундаментальнейшее блюдо, настолько связанное с Германией, что в остальном мире оно обычно называется «немецким салатом». Его основа – картофель, сваренный в мундире (он дает сытную сладковатую тональность). Дальше, в строгом соответствии с национальным пристрастием, добавляют легкую кислинку – эта обязанность возлагается на яблоки и маринованные огурчики, для пикантности добавляют селедку и приправляют всю эту гениальную простоту парой ложек майонеза и горчичной заправкой. Это, так сказать, классика, но в каждой немецкой земле (да и в каждой семье) существуют свои версии и варианты, свои кулинарные «диалекты». Одно их объединяет: правильно сваренный картофель, то бишь не переваренный, в салате превращающийся в кашу, а достаточно плотный, однако же не сыроватый. При варке картофеля его готовность лучше всего проверить вилкой: если чувствуется некоторое сопротивление, но не слишком сильное, воду пора сливать, а картофель, остывая, дойдет до нужной кондиции. Если картофель не очень старый, его можно варить «в мундире» и нарезать, не очищая. Так часто поступают с картофелем, имеющим кожуру красного цвета.

| Ингредиент | Весовая часть |
|---|---|
| Картофель | 1 |
| Яблоки | 1/3 |
| Филе сельди | 1/4 |
| Маринованные огурцы | 1/3 |
| Майонез | 1/6 |
| Горчица | 1/8 |
| Петрушка | Произвольно |

Рассмотрим соотношения ингредиентов. Очевидно, что картофеля в этом салате должно быть больше, чем любого другого компонента, но если сложить вес всех добавок по отношению к картофелю, мы, примерно, получим вес последнего.

## Шопский салат

Самый популярный в Болгарии овощной салат делают из помидоров, сладкого перца, репчатого лука и брынзы, заправляя растительным маслом и винным уксусом (про салатные заправки см. «Соусы холодные»). Этот салат очень прижился в нашей стране. Вы, возможно, скажете, что если добавить маслины и сыр фета вместо брынзы, то получится обычный греческий салат. Однако это не совсем так. Болгары любят снимать кожу и с огурцов, и с помидоров, и с перца, а брынзу натирать.

| Ингредиент | Весовая часть |
|---|---|
| Огурцы | 1 |
| Помидоры | 2 |
| Сладкий перец | 2 |
| Красный репчатый лук | 1 |
| Брынза | 1 (по весу) |
| Петрушка | Произвольно |
| Заправка | Произвольно |

Овощи нарезают не очень крупно, укладывают в салатник и прямо над салатом натирают брынзу, она накрывает салат белым «одеялом». Шопский салат получается более нежным и сочным, чем греческий. В данном случае посмотрим на соотношение овощей, так сказать, в штуках. Если принять количество огурцов за единицу, то репчатого лука – столько же, а помидоров и сладкого перца, каждого из них, в 2 раза больше, чем огурцов.

Переизбыток брынзы нежелателен, по весу ее может быть примерно столько, сколько огурцов.

## Греческий салат

Вы будете смеяться, но в Греции действительно едят «греческий салат». Там он, правда, называется «деревенским» – хориатики. Казалось бы, все компоненты естественны, как сама природа (помидор, огурец, перец, сыр фета, лук, маслины, оливковое масло, лимонный сок), однако их сочетание рождает удивительно вкусное блюдо – легкое и сытное одновременно, а уж о пользе и говорить не приходится. В отличие от шопского салата, в «греческом» баланс смещен в сторону уменьшения количества сладкого перца. Если, как и в случае с шопским салатом, принять количество огурцов за единицу, то репчатого лука – столько же, сладкого перца – столько же, сколько и огурцов, а помидоров – в 2 раза больше. Но добавляются маслины и сыр фета в количестве (каждое), равном весу огурцов.

| Ингредиент | Весовая часть |
|---|---|
| Огурцы | 1 |
| Помидоры | 2 |
| Сладкий перец | 1 |
| Красный репчатый лук | 1 |
| Фета | 1 (по весу) |
| Маслины | 1 (по весу) |
| Заправка | Произвольно |

Салатная заправка готовится только из хорошего оливкового масла с добавлением лимонного сока и мелко измельченного зеленого базилика. Фета нарезается кубиками и обычно располагается наверху салата, потому что, если кубики феты перемешать с остальными ингредиентами, то сыр просто-напросто развалится.

## «Уолдорф»

Называется этот салат «Уолдорф» («Waldorf salad») потому, что он появился на свет в 1890-х годах в ресторане нью-йоркского гранд-отеля «Waldorf-Astoria». В первоначальной версии он состоял из нарезанного соломкой и слегка припущенного (бланшированного) корня сельдерея, кубиков неочищенных яблок

и майонеза с небольшой добавкой лимонного сока. Позже салат «усилили» крупно измельченными грецкими орехами, ныне ставшими его неотъемлемой частью. Часть майонеза можно заменить взбитыми сливками.

| Ингредиент | Весовая часть |
|---|---|
| Яблоки | 1 шт. |
| Сельдерей | 1/2 стакана |
| Грецкие орехи | 1 ст. ложка |
| Майонез | 2 ст. ложки |
| Или майонез и взбитые сливки | 1 ст. ложка и 2 ст. ложки соответственно |
| Лимонный сок | Произвольно |

Соотношение ингредиентов таково: на каждое яблоко среднего размера – ½ стакана нарезанного соломкой корневого сельдерея, 1 ст. ложка измельченных грецких орехов, 2 ст. ложки майонеза, немного лимонного сока.

## Колслоу

Сам термин пришел, как считают, из датского языка – слово «koolsla», это сокращение из «kool salade», что означает «капустный салат». Да, салат делается из капусты. Его современная версия предполагает использование майонеза, причем обязательно густого. В данном случае соотношение ингредиентов приводить нет смысла. Важно шинкованную белокочанную капусту смешать с тертой или нарезанной соломкой морковью, посолить, добавить немного сахара и заправить всё густым майонезом. Хороши версии такого салата с яблоком или ананасом.

## Салаты с авокадо

Наблюдения показывают, что авокадо является неким символом перемен, произошедших в нашей стране. Фрукт (а это именно фрукт) интересный, дающий повод для кулинарных фантазий. Продолжая получать большое количество вопросов, связанных с использованием авокадо, позволим себе подробнее остановиться на этой теме. Вначале пару слов о фрукте.

Авокадо – грушевидный плод вечнозеленого дерева вида Persea americana. Родина его – Южная Америка, а ныне вид

культивируется в тропических и субтропических зонах других материков. По одной из версий, названием фрукт обязан ацтекам: так они именовали мужские яички (свешивающиеся с дерева плоды их и впрямь напоминают). Есть и второе название – «аллигаторова груша». Цвет и структура оболочки плода похожи на кожу крокодила. Слово «плод» привычно ассоциируется с сочностью и сладким вкусом. Но авокадо совершенно лишено этих свойств: мякоть, окружающая большую круглую косточку, консистенцией напоминает сливочное масло, а вкусом – лесной орех.

Кстати, по поводу сходства со сливочным маслом… Когда Никита Хрущев и Фидель Кастро договорились об установке советских ракет на Кубе, пребывание там советского военного персонала, занятого в акции, покрывала сверхплотная завеса секретности. И питались наши солдаты и офицеры лишь привезенными с собой запасами, в основном, консервами. Только хлеб выпекали свежий из своей же муки. Естественно, через некоторое время из-за недостатка витаминов в рационе у многих появились симптомы цинги: начали шататься и выпадать зубы. И это во фруктовом раю – на Кубе!.. Для исправления абсурдной ситуации пришлось слегка приподнять завесу тайны. Местные власти щедро, целыми грузовиками стали привозить в секретную зону фрукты. Помимо разных цитрусовых, а также яблок и бананов, доставляли и диковину – авокадо. Сметливые военные быстро додумались намазывать мякоть необычного плода на хлеб, подобно сливочному маслу: и вкусно, и полезно!

В самой Латинской Америке с авокадо поступают куда как изощреннее. Кубинцы смешивают мякоть с каперсами, оливками, лаймовым соком и оливковым маслом и подают такое пюре к отварной рыбе. Бразильцы добавляют авокадо в мороженое. На Ямайке, в Колумбии и Эквадоре из авокадо готовят холодный суп, приправляя его соком лайма и жгучим перцем чили. В Мексике мякоть авокадо – обязательная составляющая распространенной приправы – гуакамоле, она очень вкусна с кукурузными чипсами и в большинстве национальных мексиканских ресторанов подается к жареной говядине.

Индонезийцы и филиппинцы готовят из мякоти авокадо, молока, кофе и рома освежающий прохладительный напиток. На французских Карибах мякоть толкут с соленой треской, мукой кассавы, чесноком и кокосовым орехом и подают как приправу. А в Африке в ход идут даже листья авокадо – из них изготавливают слабоалкогольный шипучий напиток.

Авокадо чрезвычайно полезен. В его белковых веществах обнаружены 17 аминокислот, в том числе и особенно ценные, те,

что специалисты считают незаменимыми. Плод богат растительными жирами, а следовательно, жирорастворимыми провитамином А и витамином Е. Последний благотворно влияет на повышение чувственности, таким образом, авокадо можно смело отнести к афродизиакам. Понятно, почему этот фрукт особенно ценил любвеобильный Людовик XIV! Средний вес плода – 170 г.

Он содержит:

– более 300 пищевых калорий (эквивалентен 400 г картофельного пюре);

– около 30 г в жира. Но какого жира! 85 % его составляют ненасыщенные жирные кислоты, и в нем полностью отсутствует холестерин. Истинная антитеза сливочному маслу! (Не случайно на основе жира, выделенного из авокадо, французские специалисты разработали препарат для лечения склеродермии, пародонтоза, артрозов и ряда других заболеваний);

– 5 г белков высочайшего качества;

– множество витаминов (цифры приводятся в процентах от суточной потребности человеческого организма в данном витамине): фолиевая кислота – 80 %, витамин $B_6$ – 45 %, аскорбиновая кислота (витамин С) – 40 %, никотиновая кислота – 30 %, тиамин – 25 %, витамин $B_2$ – 22 %, бета-каротин – 19 %.

Из минеральных веществ наиболее весомо содержание солей магния (25 % от суточной потребности в этом элементе). Соотношение солей калия и натрия (16: 1) исключительно удачно по влиянию на работу сердца. Сейчас, кроме того, достоверно установлено, что калий определяет нормальное функционирование 20 различных ферментов в человеческом организме.

Поэтому можно считать достаточно обоснованными рекомендации диетологов о включении авокадо в пищевой рацион при гастрите с пониженной кислотностью, при гипертонической болезни, атеросклерозе и сахарном диабете. Разумеется, подобная фитотерапия не может претендовать на роль панацеи, и, конечно, истинная стихия авокадо – не медицина, а кулинария.

Немаловажное дело – правильно определить спелость плода. Ни для кого не секрет, что диковины, привозимые издалека, собирают неспелыми, в расчете на дозревание в пути. Однако часто бывает и так: то ли плоды сорвали преждевременно, то ли их слишком быстро доставили к месту назначения.

Как же определить спелость? Если при надавливании пальцем на кожицу авокадо остается вмятина – смело принимайтесь за приготовление приводимых ниже блюд. Если же

плод еще упруг, заверните его в газету и дайте полежать при комнатной температуре пару дней.

Если говорить концептуально, авокадо любит кислую нотку. Это оправданно – ведь в плоде достаточно много жира (хорошего жира!). А ощущение жирности всегда нивелируется в присутствии кислоты. Поэтому очень часто салаты, в состав которых входит авокадо, заправляют кислыми соусами.

Далее приведем основные сочетания авокадо с другими продуктами, имея в виду салаты:

Авокадо – огурцы – сладкий перец – каперсы – помидоры.

Авокадо – филе сельди – горчица.

Авокадо – креветки – печеный сладкий перец с удаленной кожицей – маслины.

Авокадо – грейпфрут – малосольная семга – оливки.

Авокадо – отварная мякоть курицы – рис – чеснок.

Авокадо – стеблевой сельдерей – ветчина – сладкий перец – каперсы.

Заметьте, что в перечислении составляющих для каждого салата на втором месте стоит ингредиент, во многом определяющий суть салата. Это не значит, что его должно быть больше, чем самого авокадо, но, однако же, и не меньше. Есть несколько моментов, на которые нужно обратить внимание во время приготовления салатов:

– Разрезать плоды авокадо нужно незадолго до приготовления, потому что на воздухе мякоть приобретает неаппетитный бурый цвет. Для сохранения цвета мякоть авокадо лучше сбрызнуть лимонным соком, а потом уже производить дальнейшие манипуляции.

– Для более удобного извлечения несъедобной косточки из плода рекомендуем сделать достаточно глубокий продольный разрез, а затем повернуть одну половину вокруг косточки.

– Мякоть авокадо надо аккуратно извлекать ложкой. Кожуру можно использовать как оригинальную «корзиночку» (в нее же и укладывают салат). Внешнее донце корзиночки нужно слегка подравнять ножом, чтобы она была устойчива на блюде (тарелке).

Авокадо можно оригинально подать в виде «веера». Для этого очищенную половинку плода укладывают на доску выпуклой частью вверх и делают несколько вертикальных разрезов на всю толщину плода, оставляя нетронутой сужающуюся часть. Затем на плод надавливают рукой и пластины «веера» раскрываются. Эффект можно усилить, расположив между соседними пластинами какую-либо цветную начинку.

**«Нисуаз»**

Одним из признанных у нас блюд международной кухни давно стал салат «Нисуаз» (salade Nisoise), или «ниццкий»(из Ниццы) салат из картофеля, тонко нарезанных и очищенных от кожицы огурцов, зеленой стручковой фасоли, помидоров, стеблей сельдерея, сваренных вкрутую яиц, маслин и обязательно каперсов, а также тунца и анчоусов. Заправка – оливковое масло и винный уксус. Картофель варят в мундире, фасоль отваривают. Нарезанные ломтиками стебли сельдерея бланшируют. Все это нарезают ломтиками, добавляют мякоть консервированного тунца (ее разделяют на волокна руками). Смесь выкладывают в салатник и украшают дольками помидоров, яиц, маслинами. Поверх салата укладывают несколько филе анчоуса.

# О бульонах

## Правила варки

Бульон – жидкая основа супа или соуса, он имеет важное значение, хотя переоценивать его роль тоже не стоит.

И все-таки – несколько советов по приготовлению бульонов. Ведь тут главное бульон не испортить. Возникает вопрос: как можно испортить бульон, при том, что, как говорят компьютерщики, «по умолчанию» в нем используются заведомо хорошие ингредиенты? А вот как. Например, можно приготовить его мутным вместо того, чтобы он был прозрачным. Хотя прозрачность бульона не обязательна, однако еще ни одному супу она не помешала. Кроме того, бульон может получиться ненасыщенным, пересоленным.

Непрозрачность бульона объясняется несколькими причинами: не вовремя удалили свернувшийся белок (пену) или опоздали своевременно удалить жир, и при активном кипении он омылился. Итак, попробуем не испортить бульон.

Кстати, вначале нужно выбрать правильный кусок мяса. Начнем с говядины. Для бульона хороши те части, в которых много соединительной ткани: лопатка, грудинка, покромка, подбедерок – бульон получается ароматный. Рациональнее варить бульон из частей туши, не предназначенных для жарки. Возьмем кусок говяжьей грудинки. При покупке мяса оцените размер куска – если он велик, не стесняйтесь попросить его разрубить, чтобы он в вашу кастрюлю поместился, более того, из небольших мясокостных фрагментов лучше экстрагируются (переходят в бульон) вещества, определяющие вкус и аромат бульона. Обязательно нужно некоторое время вымочить мясо в холодной воде (если это свежее мясо, не подвергшееся замораживанию) – в воду из него выходит немного крови, что обеспечит впоследствии образование меньшего количества пены. Если мясо было заморожено, его не нужно замачивать – из него при оттаивании много выльется крови, достаточно лишь промыть холодной водой.

Вымытое мясо нужно залить холодной водой (примерно 3 л воды на каждый килограмм мяса) и быстро довести до кипения, затем слить получившийся отвар, промыть мясо холодной водой и, что очень важно, вымыть кастрюлю от остатков засохшей пены, и только после этого снова налить столько же воды и опять быстро довести до кипения, снимая пену. Такая методика

промывания «схватившегося» горячей водой мяса (и кастрюли) дает более прозрачный бульон, и в нем меньше всяких нежелательный «невидимок» (не секрет ведь, что современные методики выращивания скота и птицы предусматривают использование гормонов, антибиотиков и прочих веществ, хорошего в которых мало).

Очень важно в это время не отвлекаться на телефонные разговоры и домашние дела, чтобы не проворонить начало образования пены, в противном случае она при бурном кипении превратится в маленькие фрагменты и придаст мутность бульону. В пене, кстати, ничего плохого с точки зрения химии нет – это всего лишь свернувшийся белок. Удаляя пену, мы руководствуемся лишь эстетическими соображениями – уж очень хочется, чтобы бульон был прозрачным.

Итак, бульон закипел, уменьшили огонь, сняли пену. Никакой крышки! Ни в коем случае нельзя накрывать кастрюлю крышкой во время варки бульона!

Пока бульон закипает, есть смысл подготовить немного овощей, а именно – обжарить их. Самые распространенные – это лук и морковь, очень хорош корневой сельдерей. Жарить овощи желательно без жира. Зачем нам вносить в бульон дополнительный жир, ведь с ним мы должны бороться, а именно – удалять из бульона? Лучше овощи не жарить, правильнее подпекать их прямо на электрической конфорке или на сухой сковороде. Нужно сделать так, чтобы овощи контактировали с конфоркой или сковородой наиболее эффективно, то есть максимальной площадью. Для этого лук следует разрезать пополам и укладывать на нагретую поверхность конфорки или сковороды плоским срезом. Морковь и сельдерей – аналогично. Нужно добиться того, чтобы плоская поверхность овощей немного подгорела, пугаться этого не стоит, от слегка подгоревших овощей бульон приобретает дополнительный аромат и лучший цвет. Таким образом, подготовленные овощи кладут в то, что через несколько часов станет бульоном, после закипания, снятия пены и уменьшения огня.

Есть одна тонкость, касающаяся овощей: при тепловой обработке в воде они со временем развариваются, превращаясь в подобие губки. А всякая губка, как известно, хороший адсорбент, способный эффективно поглощать что-либо. Овощи, превращаясь в «губку», поглощают ароматы и вкусовые вещества бульона, которыми отчасти сами же и обогатили бульон. Поэтому в определенный момент овощи из бульона (тот еще варится) нужно удалить и продолжить варку уже без овощей. При варке бульона из говядины лучше всего удалять их через час.

Во время варки бульона очень важно периодически снимать жир. Жир легче воды, он всегда на поверхности, его удобно удалять ложкой. Кстати, о ложке – эта ложка во время варки бульона должна находиться возле кастрюли, но не класть же ее прямо на поверхность плиты. Можно класть ее на тарелку, но тарелка занимает много места. Умные люди придумали когда-то специальную подставку под ложку, используемую при готовке, нам ведь часто приходится пользоваться такой технологической ложкой – снимать жир с бульона, что-то перемешивать, пробовать. Подставка эта представляет собой керамическую, фарфоровую или какую-то иную «гипертрофированную» ложку, весьма широкую и длинную. В нее удачно вписывается любая обычная ложка. Часто такие ложки-подставки являются сувенирами, но сувенирами работающими.

Итак, мы продолжаем варить бульон из говяжьей грудинки. Как долго его надо варить? Стоит понимать, что если уж мы варим бульон из куска, где есть и мякоть, и кость, то важно, чтобы мякоть в конечном итоге была полностью готова – мы ведь ее должны съесть (в супе ли, отдельно ли в качестве основного блюда). Готовность мякоти – это и есть показатель готовности бульона. Трудно давать какие-либо рекомендации по времени. Всё зависит от части туши (голяшка, например, варится дольше, чем лопатка), от качества воды – жесткая она или мягкая, в конце концов, от состояния ваших зубов и десен, поэтому стоит всего лишь пробовать мясо время от времени. Как только состояние мяса вас устраивает – оно стало мягким, по вашему мнению, – можно считать бульон готовым.

## Осветление бульонов

Важным моментом является осветление бульонов. Осветление, конечно, это уж очень ресторанный стиль, однако порой и в домашних условиях требуется исправить бульон, а именно, осветлить его. Осветление бульонов основано на способности белков сворачиваться, захватывая частицы, образующие муть. Поэтому осветляющие смеси должны быть высокобелковыми. В дореволюционной России осветлять бульоны было принято, страшно сказать, черной икрой! Рядовая же осветляющая смесь (ее называют оттяжкой) – это мясной фарш в сочетании с холодной водой и сырыми белками яиц. Поступают так – в мутный бульон (в идеале холодный и обезжиренный – про обезжиривание читайте ниже) добавляют смесь фарша, воды и сырых яичных белков, перемешивают и нагревают, время от времени аккуратно перемешивая, чтобы осветляющая масса не

оседала на дно. Когда частицы осветляющей массы начинают всплывать вверх, перемешивание прекращается. Нагрев – чуть ниже среднего. Со временем на поверхности бульона образуется корка свернувшейся осветляющей массы. Под ней – осветленный бульон. Процесс еще не закончен – нужно сделать в середине корочки отверстие с тем, чтобы бульон «пробулькивал» через него на поверхность и дополнительно фильтровался сквозь осветленную массу. Это желательно еще и потому, что вкус бульона при фильтрации дополнительно обогащается вкусом мясного фарша (но фаршу еще нужно повариться). Во многих кулинарных книгах пишут, что корка со временем падает на дно кастрюли, и это является показателем окончания процесса осветления. Можно уверенно сказать, что авторы тех книг никогда не осветляли бульон, равно как не имеют понятия о приготовлении других блюд, описываемых в их книгах. Когда корка осветляющей массы немного поварилась, кастрюлю следует снять с огня и, надавливая половником на отверстие в середине корки, отбирать осветленный бульон и процеживать его через марлю. Свернувшуюся «оттяжку» удалять не следует.

Так, в основном, готовят консоме – вид супа, представляющий собой прозрачный бульон с какими-либо наполнителями: ломтиками овощей, рисом, кнелями и пр. Часто в консоме добавляют мадеру (при разогреве консоме) – это облагораживает вкус.

Но осветлить бульон можно и «меньшей кровью», а именно смесью тертого лука и сырых яичных белков. Последовательность действий та же.

То, что касается обезжиривания бульона во время варки, мы уже рассмотрели, но полностью удалить жир во время варки невозможно. Если хочется удалить жир полностью, то бульон снимают с огня, ждут, пока жир соберется на поверхности, и удаляют его с помощью все той же ложки, а затем с помощью белой бумажной салфетки. Ее набрасывают на поверхность бульона и быстро снимают. Механизм понятен – капельки жира впитываются в салфетку. Если проделать так несколько раз, бульон будет идеально обезжирен. Когда есть время, можно не переводить салфетки, а просто охладить бульон. Когда жир на поверхности превратится в корку, ее легко удалить.

Теперь о специях применительно к бульонам. Если бульон предназначен для последующего приготовления какого-то характерного (с ударением на второй слог), выраженного супа – борща, щей, рассольника, солянки, то специи добавлять в бульон не стоит. Мы добавим их во время варки самого супа. Если же перед нами стоит задача приготовить, например, бульон с

лапшой, клецками, в общем, что-то не характерное (с ударением на том же слоге!), то можно минут за 20 до окончания варки бульона положить лавровый лист из расчета примерно 1 шт. на литр жидкости, несколько горошин черного перца на тот же литр, пару бутончиков гвоздики. Гвоздику, кстати, можно вводить в бульон в начале варки. Для этого ее втыкают в луковицу, которую, не обжаривают. Это, конечно, очень по-французски.

Итак, мы рассмотрели важные моменты приготовления бульонов на примере говядины. Однако нельзя обойти вниманием и куриный бульон. Курицу тоже стоит вымочить в холодной воде, залить свежей водой, быстро довести почти до кипения, промыть и варить далее в новой воде. Из овощей – лук, морковь или сельдерей. Овощи можно подпекать, во время варки удалять их не следует – они станут губкой примерно тогда, когда бульон будет готов, поэтому применительно к курице об этом совете можно забыть. Навряд ли есть смысл ароматизировать куриный бульон лавровым листом и гвоздикой.

Особо рачительные хозяйки могут взять на вооружение такой прием. Снятый во время варки куриного бульона жир можно использовать для жарки (пойдет и говяжий, но тот все-таки тяжелый). Правда, жир этот следует, как говорят кулинары, отколеровать. Ведь, снимая с бульона жир, мы захватываем ложкой и часть жидкости, для жарки она не нужна, поэтому эту жидкость следует «насильно» выпарить. Для этого нужно аккуратно нагревать снятый жир, вода постепенно испарится, и у нас останется чистый жир. После застывания он успешно хранится в холодильнике.

Бульон из свинины тоже готовят. Правила варки аналогичны правилам варки говяжьего, жир можно собирать, колеровать и использовать. Но лучше все же варить бульон из обжаренной свинины. Подобный бульон является в некотором роде побочным продуктом приготовления буженины. Вот вам проверенный годами рецепт. Шею следует нашпиговать чесноком (еще одна хитрость – надо взять большие зубчики чеснока, очистить, разрезать вдоль и запанировать срез – он ведь влажный! – в смеси соли и молотого перца, после этого нашпиговать мясо – в этом случае соль и перец проникают внутрь мякоти), затем сильно обжарить, переложить в кастрюлю, залить кипятком и варить до готовности, снимая с бульона жир. Овощи не нужны, а лавровый лист и перец – да. Мясо охладили – прекрасная буженина, а получившийся бульон для борща или горохового супа – лучше не придумаешь!

Что касается рыбных бульонов, то важно не варить их долго. Обычно бульон варят из голов, хребтов, плавников рыб. Жабры

надо удалить, хотя распространенное мнение о том, что они придают бульону горечь, ошибочно – если ради эксперимента сварить бульон из голов разных рыб, не удаляя жабры, ничего страшного не случится. Один умник когда-то написал так, а все другие подхватили, не проверив. А вот из эстетических соображений жабры удалить стоит, но только не из-за потенциальной горечи.

Вернемся к продолжительности варки: не более 20 минут слабого кипения после быстрого закипания. Лук подпекать не стоит, его просто можно положить после первого удаления пены. Морковь добавить можно, но не обязательно. Хорошо положить небольшой кусочек фенхеля. Жир удалять нужно. Черный перец – да, лавровый лист – нет (внимание: мы варим бульон, а не уху!).

Бульон из сухих грибов варят без овощей и специй. Важно грибы на некоторое время замочить в холодной воде – посторонние частицы (песок, земля) отмокнут и опустятся на дно. Затем грибы выньте из емкости и промойте. Воду, в которой замачивались грибы, нужно профильтровать через марлю в кастрюлю, где будет вариться бульон, положить грибы и варить. Нужно учитывать, что сухие грибы – очень ароматный продукт (вместе с тем не дешевый), поэтому важно не переусердствовать с количеством грибов. Если ошиблись, не пугайтесь, очень концентрированный грибной бульон можно всегда разбавить водой.

Немного о хранении бульонов – они портятся достаточно быстро даже в холодильнике. Поэтому бульон время от времени надо доводить до кипения и кипятить не менее 2 мин. Или же просто заморозить. Лайфхак (помните это слово?): при случае налейте бульон в вымытый пакет из-под сока, на пакете сделайте памятку о содержимом и уложите в морозильное отделение. Заморозка никак не влияет на качество бульона.

Подводя итоги:

Говядину, курицу, сырую свинину стоит вымочить, залить холодной водой, быстро довести почти до кипения и промыть, после чего, залив водой вновь, варить.

Всегда быстрое закипание, удаление пены и медленная варка.

Удалять жир во время варки.

Во время варки бульонов можно доливать воду, но только кипяток.

Пучок зелени можно положить при варке бульона, но только для нехара́ктерных супов.

Вовремя вынуть овощи.

Солить бульоны не обязательно, но если солить, то примерно за полчаса до окончания варки.

Специи – незадолго до окончания варки.

# О супах

## Классификация

Начнем с формальной классификации супов. Прежде всего, надо разделить их на две большие группы – холодные и горячие. Если рассмотреть консистенцию супов, состояние бульона, то можно выделить такие группы – заправочные супы, прозрачные супы (консоме), супы-пюре, супы-кремы.

Попробуем рассмотреть заправочные супы – они наиболее популярны в нашей стране, более того, они весьма сложны в приготовлении, и если вы сможете, следуя этим рекомендациям, удачно воспроизвести парочку предлагаемых супов, то вы заведомо успешно справитесь и с другими видами супов. Итак, заправочные супы – это щи, борщи, солянки, рассольники, грибные и прочие подобные им супы; для их приготовления в кипящую жидкость (чаще всего в бульон) в определенной последовательности закладывают различные продукты, доводя их до готовности. Поэтому заправочные супы чаще всего непрозрачны (в отличие от консоме), при приготовлении консоме продукты готовят отдельно, совсем немного их кладут в тарелку и заливают горячим прозрачным бульоном.

Итак, с чего начнем? С того, что подумаем, сколько же супа мы хотим сварить? Упомянутые заправочные супы, помимо всего прочего, хороши тем, что их можно варить на несколько дней: они прекрасно хранятся в холодильнике. Более того, можно так организовать процесс, что вы приготовите некий концентрат супа. Это еще лучше, чем сам суп, потому что хранится так же хорошо в холодильнике (обычное явление – чем более влажная среда, тем интенсивнее идут биохимические процессы, а порча и есть самый что ни на есть биохимический процесс!). Так вот, супа или эквивалентного количества концентрата можно сварить много. Количество супа можно измерять с помощью двух специфических единиц – вашими кастрюлями или примерным количеством тарелок. Чаще всего, конечно, мерой служит наша семейная кастрюля – объем ее известен, известно и количество дней, в течение которых кастрюля как скатерть-самобранка должна снабжать нас супом.

Если вы еще не научились примерно оценивать «производительность» своей кастрюли, сделайте вот что: возьмите вашу обычную суповую тарелку, налейте в нее воды до такого уровня, как вы обычно наливаете в нее суп, и перелейте в свою

кастрюлю. Наполните кастрюлю до ⅔ ее высоты, считая при этом количество порций воды, выливаемой в кастрюлю. Таким образом, если бы вы сейчас стали варить суп с этим количеством жидкости, вы получили бы в итоге практически целую кастрюлю супа, потому что продукты, закладываемые в него, тоже имеют объем и, по закону Архимеда, вытеснят жидкость, потерями которой при кипении супа можно пренебречь. Понятно, что в итоге вы получите, как минимум, количество порций супа, соответствующее количеству порций воды, налитой в кастрюлю. Но на самом деле будет больше процентов на 20, то есть, если вы отмеряли 10 тарелок жидкости и сварили суп, то будет примерно 12 порций супа. Подобная методика дозирования жидкости (бульона) хороша тогда, когда вы хотите сварить ровно столько порций супа, сколько едоков сядет за стол.

Теперь, когда мы более-менее определились с необходимым количеством супа, стоит заметить, что очень важным моментом является соотношение ингредиентов внутри самого супа. Согласитесь, что, несмотря на формальное главенство свеклы, например, в борще, чрезмерное ее количество не порадует едоков. Поэтому уделим внимание соотношениям ингредиентов. Начнем, пожалуй, с упомянутого борща – это непростой суп, и, освоив его, вы сможете получить «зачет», а сдать после этого экзамен вам будет совсем просто.

## Приготовление кислых супов

В нашей национальной кухне много кислых супов. Это – щи кислые, рассольники, солянка, борщ и серия холодных супов, которые называются – окрошки.

Что касается горячих супов, то их существование вполне объяснимо. Давайте вспомним, как жили раньше люди. Крестьянин должен был встать в 4 утра и идти пахать. Ему нужно было хорошо поесть. Собственно, люди готовили в одном горшке еду, которая одновременно была и супом, и основным, что называется, вторым блюдом. Так вот, надо было плотно поесть и идти работать. Такая еда должна была быть обильной, углеводной и жирной. В частности, про жир давно замечено, что кислота способна нивелировать ощущение его в еде. И соль, между прочим, тоже. Эти два вещества, кислота и соль, не уменьшают количество жира в еде. Сколько жира в ней было, столько в нас и войдет. Но человеку проще есть еду, в которой присутствуют «кислинка» или «солонинка». Заметьте, мы не любим есть обычное сало, но с удовольствием едим соленое. Именно соль нивелирует ощущение жира в сале, так же, как

кислота нивелирует ощущение жирности в жирных, соответственно, кислых, супах. Вот так, скорее всего, можно и объяснить существование большого количества густых обильных кислых супов в русской кухне.

Очевидно, что два основных кислых продукта для супов – это квашеная капуста и соленые огурцы. Понятно, что капуста – это щи, соленые огурцы – это не один суп, а, как минимум, два – рассольник и солянка. Это наши главные кислые супы, хотя есть еще борщ, в котором кислинку обеспечивает томат. Но борщ – это отдельная тема, которая будет рассмотрена в соответствующей главе.

Итак, два кислых продукта, которые используются для супов, – это квашеная капуста и соленые огурцы, они же, между прочим, и квашеные огурцы. Их объединяет то, что они кислые, и в них, в частности, в процессе брожения и их выдерживания, так называемой ферментации, накапливается молочная кислота, которая определяет некоторую жесткость этих продуктов. Согласитесь, мы всегда любим, чтобы квашеные капуста и огурцы хрустели.

Но в супах мы хотим, чтобы эти два продукта были мягкими. Да, можно их опускать непосредственно в бульон и варить очень долго: когда-нибудь они да сварятся. Но такой способ считается неэффективным. Вот в этом и заключается очень важный принцип – готовить кислые продукты отдельно от супа.

Это делается следующим образом. Нужно взять кислую капусту, причем совершенно не обязательно ее промывать, как пишут многие книги, потому что этим самым мы удалим кислоту. Это вопрос уже степени кислоты самой капусты. Если она не очень кислая, то мыть ее совершенно не нужно.

Капуста промывается только в том случае, если это нужно, затем ее надо мелко нарубить и сложить в кастрюлю, куда добавить сырой нарезанный лук, потом залить водой или бульоном и тушить до тех пор, пока капуста не покажется вам мягкой. Здесь возможны варианты: можно положить сырой лук, кто-то любит лук обжарить и затем уже положить в капусту. Это, естественно, допустимо, дело вкуса. Если говорить о кислых щах, то туда во время тушения капусты, конечно, можно добавить томат, если вы так любите. Его можно добавить сразу во время укладывания капусты в кастрюлю, перед тем, как залить ее водой или бульоном, а можно добавить во время тушения. Это не важно, важно – чтобы капуста стала мягкой.

Так же происходит и с огурцами для рассольника либо для солянки. Если вы хотите, чтобы все было очень мягко, то многое зависит от состояния кожицы огурцов. Если она жесткая, огурцы

лучше почистить. Затем огурцы нужно нарезать кубиками, брусочками, ромбиками, как вам удобно, величина определяется тем, чтобы эти кусочки помещались в ложку. Тушить огурцы можно вместе с сырым луком, либо с луком обжаренным, залив их бульоном или водой. Сколько тушить, зависит от вас. Здесь нужно руководствоваться не каким-то формальным временем, а состоянием огурцов. Они должны именно вас устраивать по своей мягкости, ведь кто-то любит, чтобы огурчики еще похрустывали, а кто-то любит, чтобы они были абсолютно мягкими, и их буквально можно было раздавить языком о нёбо.

Как бы то ни было, первый принцип приготовления кислых супов – хорошенько стуши кислый продукт, потому что он достаточно долго должен подвергаться тепловой обработке, для того чтобы стать мягким.

Все остальное варится в бульоне. Вы хотите положить в кислые щи картофель? Кладите картофель. Но в отношении картофеля, который может присутствовать в любых кислых супах, важно понимать следующее: картофель очень плохо готовится в кислой среде. Он остается дубовым и как бы сыроватым, хотя на самом деле уже готов, но по ощущениям будет таковым. Поэтому нужно запомнить следующий принцип – всегда картофель нужно варить не в кислой среде, а просто в бульоне, а уже тушенный кислый продукт добавлять тогда, когда картофель практически будет готов. Вот это очень важно. Поэтому кислые супы всегда готовятся в два этапа. Первый – отдельное тушение кислого продукта. Второй – приготовление всего того, что не кислое в бульоне, с последующим добавлением мягкого протушенного кислого продукта.

Теперь можно рассмотреть на нескольких конкретных примерах приготовление кислых супов, например, щей.

Вы стушили капусту с томатом, возможно, с добавлением обжаренного или сырого лука. Тем временем, у вас варится бульон, в него добавляете картофель, если хотите. Когда картофель готов, добавляете тушеную капусту. Здесь необходимо следить за соотношением жидкой и густой части, чтобы щи были такой консистенции, как вам нравится. В конце варки в щи положить лавровый лист, немного черного перца. Если хотите, положите немного отварных сухих грибов с небольшим количеством грибного бульона. Затем щи можно заправить, например, толченым чесноком, опять же, если вы это любите.

Что касается рассольника, то, опять же, вы стушили огурцы с сырым или обжаренным луком, с небольшим количеством томата, если вы этого хотите. Затем у вас уже кипит бульон, в котором уже булькает предварительно отваренная в другой кастрюле

перловка, небольшое количество картофеля и, например, немного обжаренной моркови и лука, если вы в огурцы положили сырой лук. И уже в таком картофельном супчике, когда приготовится картофель, появляются тушеные огурцы, которые превращают картофельный супчик с перловкой в типичный классический рассольник.

Если мы ведем речь про солянку, то тогда соленые огурцы тушите с обжаренным или сырым луком и с томатом до мягкости. В это время у вас кипит бульон, опять же, если хотите с картофелем. Затем добавляете тушеные огурцы с томатом в бульон, все это провариваете недолго, опять же, лаврушка, черный перец, добавляются ломтики мясных продуктов – сосисок, ветчины, колбасы, вареного или обжаренного мяса, каперсы или оливки, все это регулируется по кислоте. И затем добавляются ломтик лимона и сметана при подаче, равно как сметана добавляется и в рассольник, и в щи.

И еще. Попробуйте в любой кислый суп, как, впрочем, и в большое количество блюд добавить щепотку сахара – это очень важный момент.

Таким образом, подводя итоги, мы можем сформулировать следующие правила приготовления кислых супов:

1. Кислый продукт – жесткий и хрустящий, поэтому его рекомендуется готовить отдельно от супа, а именно тушить.

2. Если в супе есть картофель, то он должен быть готов перед добавлением кислого продукта, так как в кислой среде картофель готовится крайне плохо и остается хрустящим и противным.

3. Кислый продукт закладывается в кастрюлю после всех продуктов, в том числе после картофеля. И обязательно в конце варки помимо общепринятых специй добавьте щепотку сахара в любой кислый суп.

## Отдельно про борщ

Предложим вам для начала не совсем обычную методику приготовления борща. Сварите борщ несколько раз именно по такой схеме. Возможно, вы на ней и остановитесь, но если вам по душе все же более традиционный подход – никто не мешает. Однако приготавливая борщ по этому методу, вы отработаете нужное соотношение ингредиентов и будете безошибочно готовить борщ вкусный, сбалансированный и, что немаловажно, любимой вами консистенции.

А смысл в том, чтобы готовить всю заправочную часть отдельно от бульона: то есть все, что закладывается в бульон, готовится «в комплекте», и затем какое-то количество такой

заправки добавляется в кипящий бульон, прогревается и доводится при этом до желаемого вкуса и консистенции. Вспомните, раньше были (и сейчас еще иногда встречаются) консервы-заправки в стеклянных банках, на этикетках которых написано «Борщ», «Рассольник».. Вот аналог их мы и приготовим.

Итак, готовим заправку для борща, будем варить его пока без картофеля. Попробуйте запомнить следующее соотношение основных ингредиентов: на 4 весовые части свеклы 3 части капусты, по 1 части моркови, лука и сельдерея (желательно, но не обязательно) и томатной пасты в 2 раза меньше, чем моркови (см. табл.).

| Продукт | Вес в 1 шт. | В 1 ст. ложке |
|---|---|---|
| Свекла | 150 г | — |
| Лук | 75 г | — |
| Капуста | 1000 г | — |
| Морковь | 75 г | — |
| Картофель | 100 г | — |
| Томат-паста | | 40 г |

Все очень условно, но хоть как-то можно ориентироваться без весов.

А теперь возьмите овощи, вымойте их и очистите. Обратите внимание – на кухне схожие операции лучше делать одновременно. Вы помыли овощи, и теперь надо их очистить. С чего будем начинать? С моркови. Затем перейдем к луку (лук лучше оставить на время в воде – кожура набухнет, и он гораздо легче чистится), потом зачистим капусту и закончим свеклой. Почему свеклой заканчиваем? Потому что руки сильно окрашиваются свеклой, если с нее начнем, то краска с рук перейдет на лук и морковь. Вроде бы это не страшно, все равно в кастрюле все окрасится в свекольный цвет, но как-то неприглядно выглядят сырые очищенные лук и морковь с пятнами свекольной краски. Она, краска, кстати, очень въедливая – ее трудно смыть с рук, поэтому женщинам при работе со свеклой лучше пользоваться одноразовыми перчатками, краска останется на них, а не на ваших нежных руках, дорогие дамы!

Теперь все нарежем: морковь – соломкой, лук – полукольцами, капусту нашинкуем соломкой. И, наконец, поработаем (в перчатках, если хотите) со свеклой. Заметьте, опять свекла последняя – она ведь доску сильно окрасит, и, будь она первой, другие овощи от доски окрасятся и, возможно, от рук, если вы не защитили их перчатками.

А непосредственно готовить заправку начнем именно со свеклы, потому что она готовится дольше всех – положим в толстостенную сковороду с высокими бортами (или в широкую кастрюлю с толстым дном) свеклу, добавим кусочек сливочного масла, нальем немного бульона (он ведь уже готов!) так, чтобы по уровню он был чуть ниже верхней кромки слоя свеклы, и тушим на небольшом огне.

Когда свекла начнет аппетитно «булькать», добавим весь томат и сахар. Да, да – сахар. Борщ очень любит сахар. Причем сахар стоит добавлять именно к свекле, а не просто добавлять в почти готовый борщ, так вкус получается гармоничнее. Если вы заранее прикинули количество порций борща, то смело на каждую порцию положите сахар из расчета ½ ч. ложки. Мало будет – добавите в готовый борщ.

Для соблюдения канонов одновременно с сахаром добавьте немного уксуса, лучше винного (он обычно 6 %-ный). Немного – это чуть больше ½ ч. ложки на порцию. Считается, что уксус, вернее любая кислая среда, способствует сохранению цвета свеклы. Практика показывает, что это утверждение слишком преувеличено. Кислая среда уж точно не обесцвечивает свеклу, но при этом в кислой среде свекла, как, впрочем, и картофель (запомните это!), гораздо дольше готовится.

*NB*: Эх, нельзя не удержаться, чтобы не открыть вам еще один трюк (лайфхак): нам ведь часто хочется отварить картофель так, чтобы он не разваривался – к селедке, например. Можно, конечно, выбрать определенный сорт картофеля, но это пока в нашей стране нереально. Так вот, при варке картофеля нужно добавить в воду, лучше после закипания, чуть-чуть уксуса (в этом случае обычного спиртового), и картофель не разварится.

Возвращаемся к борщу. Уксус, впрочем, добавлять совсем не обязательно – даже если верить в чудодейственные свойства кислоты применительно к сохранению цвета свеклы, для кислого вкуса томата вполне достаточно. Итак, свекла «булькает», можно уменьшить нагрев и накрыть посудину крышкой.

Тем временем нужно спассеровать лук и морковь. Термин «пассеровать» нуждается в пояснении. Таким мудреным словом называют процесс обжаривания без образования корочки – прогревания в жире чего-либо. Смысл процесса очевиден – наша задача обогатить вкус, в данном случае борща, ароматами овощей. А все ароматы, как известно отличникам средней и высшей школы, имеют эфирную природу, а значит, хорошо растворяются в жирах. Догадались? Если нет – поясним: ароматы

овощей при пассеровании перейдут в жир, а уж этот жир, в свою очередь, эффективно передаст все что нужно супу.

Вот так! Сковороду нагреваем, наливаем в нее немного растительного или кладем топленое сливочное масло, добавляем вначале лук и чуть позже – морковь. Слегка обжариваем, но так, чтобы не образовалась корочка. Теперь туда же – капусту и немного бульона (или воды), чуть посолить, накрыть крышкой и тушить до готовности капусты. Когда свекла и капуста будут готовы, смешайте их. Вот и получилась заправка, она, как уже отмечалось, хорошо хранится в холодильнике и при необходимости быстро превращается в борщ.

Теперь нужно всего лишь довести до кипения бульон и постепенно (до любимой вами консистенции) добавить борщовую заправку. Если в кастрюле уже нужная вам густота, а заправка еще осталась, визуально оцените ее объем и в памяти скорректируйте для будущего необходимое количество заправки именно для вашей кастрюли. А сейчас сохраните остатки заправки в холодильнике и через пару дней снова сварите борщ. Такая заправка не два дня, а неделю хранения в холодильнике выдержит. Если получилось наоборот, вы всю заправку выложили в кастрюлю с бульоном, но получилось жидко, не отчаивайтесь (и не дарите эту книгу свекрови!), а, опять же, примите к сведению и скорректируйте количество заправки в следующий раз. А сейчас просто добавьте в кастрюлю немного консервированной фасоли из банки, будет гуще и сытнее. Если нет фасоли, натрите на крупной терке немного сырого картофеля и добавьте в кастрюлю.

Теперь, когда заправка добавлена в предварительно закипевший бульон, доведите все до кипения, убавьте нагрев и попробуйте борщ на вкус. Прежде всего, проверьте баланс соли – сахара – кислоты и при необходимости его подправьте. Если вкус вас устраивает, убедитесь, что борщ тихонечко кипит, и выключайте нагрев. Накройте кастрюлю крышкой. Если у вас газовая или стеклокерамическая плита, оставьте кастрюлю, как есть, если же электрические конфорки, то сдвиньте кастрюлю – иначе борщ будет еще долго кипеть, а это нам не нужно, он просто должен настояться под крышкой. Если вам нравится аромат лаврового листа и перца, положите их в бульон вместе с заправкой. Если любите чеснок, то положите его в измельченном виде сразу после выключения нагрева.

Хочется заметить, что цвет борща, как никакого другого супа, имеет особенное значение. Как бы мы ни стремились сохранить цвет борща, он все же теряет свою интенсивность и приобретает бурые тона. В этом смысле очень выручит НЗ в домашнем морозильнике– замороженный в пакетиках для льда свекольный

квас. Уникальная, на самом деле, жидкость! Готовить его очень просто – очистить свеклу, нарезать ее произвольными ломтями, залить холодной водой и, поместив в теплое место, забыть на неделю. В результате получается очень интенсивного свекольного цвета жидкость, часто несколько тягучая. Это и есть свекольный квас. Он действительно бродит, потому что сахар из свеклы переходит в жидкость, а дрожжи в жидкость попадают из воздуха. Такой квас можно профильтровать и, налив в мешочки для льда, заморозить. Когда борщ только выключен, несколько таких ледышек можно положить в кастрюлю. Результат изменения цвета борща вас порадует.

Если в результате освоения предложенной методики борщ у вас стал получаться, и вы отработали необходимое количество ингредиентов для вашей кастрюли, можно перейти на более традиционную технологию. Ее отличие от приведенной состоит лишь в том, что капусту варят почти до готовности в бульоне, затем добавляют туда спассерованные лук и морковь, варят до готовности капусты и добавляют тушенную с томатом и сахаром свеклу, доводят до кипения, и все готово.

Однако свеклу можно подготовить иначе – ее попросту надо вымыть и, не очищая, сварить (или испечь в духовке, завернув в фольгу). В этом случае готовую свеклу очищают, нарезают соломкой или натирают и кладут в кастрюлю последней, после готовности капусты и пассерованных овощей. Опять же, после закипания борща уже со свеклой его выключают и дают настояться.

Немного о разновидностях борща. Прежде всего, о версии с картофелем. Принято считать, что суп, сваренный с картофелем на несколько дней, становится хуже, а в особенности картофель – он, как будто бы, становится жестким. Практика показывает, что это не всегда верно. Но в случае борща и других кислых супов можно с таким утверждением согласиться. Выход есть. Натрите пару сырых картофелин на крупной терке и положите в бульон вместе с капустой. Этот картофель заметить в борще невозможно – он окрашивается свеклой, как, впрочем, и другие овощи, но придает наваристость и сытность.

Когда борщ варят на бульоне из костей ветчины, а в сам борщ кладут ломтики ветчины, его называют «московским». Когда в конце варки добавляют сало, растертое с чесноком, – это борщ «украинский», для «флотского» борща капусту нарезают квадратами и добавляют ломтики отваренного бекона. Есть разновидности борщей, не имеющие четких названий, их именуют – «борщ с…» Вот какие «с…» могут быть: с черносливом, с грибами, с фасолью, с килькой в томате, с фрикадельками, со

свекольной ботвой…

Используя предложенный выше способ приготовления заправки, можно сварить практически любой суп. Давайте проанализируем еще несколько супов: если хочется кислых щей, нужно всего лишь стушить кислую капусту с добавлением сырого шинкованного лука, томата и сахара. Промывать кислую капусту перед тушением или нет – оставим на ваше усмотрение. Это влияет только на вкус готовой капусты и, соответственно, щей. Остается только иметь бульон, сваренный из мяса или курицы с добавлением, если хотите, нескольких сушеных грибков. Далее понятно, что тушеная капуста закладывается в бульон (до нужной степени густоты), все доводят до кипения, добавляют лавровый лист, толченый чеснок, молотый перец. Примерные соотношения ингредиентов: капусты по весу в 5 раз больше, чем томата; лука столько же, сколько томата.

Солянку можно приготовить аналогично – стушить ломтики очищенных соленых огурцов (если они старые, то стоит удалить не только кожицу, но и семена) с добавлением томата, сырого шинкованного лука, сахара. Это называется «брез». Затем его кладут в бульон, добавляют мясной набор (ломтики вареной ветчины, языка, почек, мяса, птицы, кружки сосисок) или рыбный набор (ломтики бланшированного рыбного филе, раковые шейки) и прогревают. В тарелки кладут ломтик лимона без кожицы, маслины и/или оливки, каперсы и заливают горячей солянкой. Заметим, что «брез» готовится абсолютно одинаково для любой солянки – мясной, грибной, рыбной. Более того, любые солянки можно сварить на основе куриного бульона, пусть даже приготовленного из кубиков. Да, да, попробуйте сварить так рыбную – будет очень хорошо.

Для солянок важно следующее: авторы глубоко убеждены, что их (не авторов, а солянок!) консистенция фак-турно должна быть схожей с растительным маслом, то есть не водичка, в которой плавает, к примеру, пусть и много заправки, но тягучая красная жидкость с заправкой. Такая «маслянистость» достигается за счет вложения большого количества лука, именно он в сочетании с томатом дает такой эффект. Поэтому не удивляйтесь рекомендации лука брать больше, чем огурцов. Примерное соотношение ингредиентов выглядит так: для приготовления заправки взять очищенного лука, очищенных огурцов и томата в весовом соотношении 4:3:3.

## Супы-пюре

Супы-пюре понятны – это супы, в которых все продукты находятся в измельченном состоянии, в виде пюре. Такие супы хорошо едят и дети, и взрослые, а также «представители старшего поколения». Потому что они легко усваиваются, их не нужно жевать, они нежные, и порой душа просит именно такого супа.

Краткая технология и общий принцип приготовления таких супов просты. Основной продукт сильно разваривается – в воде, в бульоне, может быть, в молоке, а затем превращается в пюре. В современных условиях это делается с помощью так называемого погружного блендера. Очевидно, что такие супы могут быть вегетарианскими, если они готовятся из овощей на растительном масле (это абсолютно вегетарианский суп), либо эти супы могут быть иными, когда они готовятся с использованием сливочного масла, овощей и каких-то животных продуктов белкового типа – мяса, рыбы или птицы.

Общая схема следующая – вначале, обычно на каком-то доступном масле (сливочном или растительном), обжаривается немного лука, это для тех, кто приемлет лук в супах. Затем добавляется основной продукт, его заливают бульоном или водой и варят до размягчения, для того чтобы его впоследствии можно было обработать блендером до пюреобразного состояния. Вот здесь важно понимать одну деталь – суп-пюре должен быть густым, на то он и суп-пюре. Поэтому нельзя наливать много воды или бульона при варке такого супа: есть риск получить суп жидкий. Слишком жидкий суп, как вы понимаете, исправлять тяжело. Для этого приходится варить отдельно еще основной продукт, добавлять его в суп, чтобы он стал гуще, дополнительно «пюрировать».

Правильнее суп-пюре варить заведомо более густым, чтобы потом просто подкорректировать его консистенцию жидкостью, и тогда мы уже имеем право на ошибку в этом смысле. Продукт разваривается, потом его измельчают блендером и при необходимости добавляют жидкость. Суп-пюре хорош уже благодаря самому продукту, из которого его приготавливают, но вместе с тем часто возникает желание сделать его более нежным. Как правило, это происходит за счет добавления сливок либо так называемого льезона, когда яичные желтки размешиваются со сливками, и уже этой смесью заправляется суп. Такой льезон готовят обычно из соотношения – 1 желток на 100 мл сливок. Сливки могут быть 20– или 30 %-ными. Суп при этом становится более светлым.

Общее количество такого льезона как раз и определяется тем, насколько вы хотите, чтобы ваш суп был светлым и сливочным. Льезон добавлять в суп нужно очень аккуратно. Такой суп

сдвигают с нагрева, вливают желтково-сливочную смесь, интенсивно перемешивают, затем чуть подогревают, чтобы желток не свернулся, чтобы не было хлопьев. Вот тогда получается интересный суп.

Добавим, что супы-пюре принято подавать с гренками. Это основано на контрасте консистенций: нежный суп – и нечто хрустящее, что попадает к нам в рот вместе с этим супом. Гренками либо посыпают суп, либо подают их отдельно. Гренки сделать просто, для этого нужно нарезать белый или черный хлеб (какой вы больше любите) кубиками размером примерно 1х1 см. Главное, чтобы они помещались в ложку. Затем их обжаривают или подсушивают. Но, как вы понимаете, когда хлеб обжаривают на растительном масле, он в себя забирает много масла, и это не очень хорошо для тех, кто не хочет употреблять в пищу много жира. Тогда гренки можно просто выложить на противень, посыпать их сухим луком, сухим чесноком, пряными травками, чуть-чуть сбрызнуть маслом, перемешать пальцами и подсушить в духовке. Такие гренки получаются совершенно не жирными и очень хорошо «работают» в супе.

Супы-пюре подают не только с гренками, в них можно положить еще какой-нибудь гарнир. К слову, то, что мы кладем в суп-пюре в качестве дополнительного ингредиента, как раз и называется у поваров-профессионалов гарниром. Например, это могут быть кнели, фрикадельки, яйцо «пашот»… Правила и принципы приготовления фрикаделек, кнелей будут рассмотрены в другом разделе, а пока что подведем итоги этой темы.

Итак, супы-пюре…

1…уместно готовить из продуктов, которые хорошо разваривaются и легко могут быть пюрированы;

2…следует готовить заведомо более густыми, тогда нам будет очень просто довести их консистенцию до необходимой;

3… заправлять нужно жирными сливками или смесью желтка и жирных сливок;

4…подавать с чем-то хрустящим, с гренками либо с «гарнирами», которые сделают суп более сытным и насыщенным.

## Холодные супы

Если попытаться в общих чертах охарактеризовать холодные супы, то трудно не заметить, что у них существуют две главных составляющих: жидкая основа и заправка. Правда, есть в природе еще и холодные супы-пюре, где грань между основой и заправкой, по понятным причинам, весьма размыта. Но не о них сейчас речь. В принципе, основой для холодного супа является либо отвар

грибов, фруктов, овощей, ягод, либо овощной или фруктовый сок. И, конечно, напиток (иногда в смеси с отваром): йогурт, простокваша, кумыс, шипучее и красное вино, пиво, сидр, квасы (хлебные, ягодные, фруктовые), реже – пюре (яблочное, томатное, тыквенное…). Стандартный же в русской и восточноевропейской традиции вариант заправки холодного супа: зеленый лук, нарезанные свежие очищенные огурцы, соленые и маринованные огурцы (а также каперсы, патиссоны, кабачки) с добавкой рубленой зелени (укроп, сельдерей, петрушка). Сдабривается такой суп сметаной с перетертыми яичными желтками и солью, черным перцем, лимонным соком. Реже используется сметанно-майонезная заправка или просто майонез. В кислые супы добавляют нарезанные белки крутых яиц. При желании в такой суп кладут нежирное мясо, птицу, копчености, отварную и копченую рыбу, моллюсков, картофель, тыкву, брюкву, капусту, маринованные и соленые грибы, маслины, кедровые орешки…

Рассмотрим несколько конкретных холодных супов и начнем, конечно же, с окрошки. А в этом случае нельзя умолчать о качестве кваса. Квас для окрошки не должен быть очень сладким. Готовый квас, пригодный для окрошки, найти все труднее, уж больно сладки бутылочные квасы и нет в них характерного вкуса. Разливной квас практически исчез с улиц наших городов. Хорошо, что иногда еще можно купить концентрат кваса, его разводят в соответствии с рекомендациями производителя и заквашивают. Важно только не переложить сахара. Есть, правда, неплохой способ нивелировать сладость кваса, сделать ее незаметной: добавить в жидкую основу окрошки тертого хрена. Хрен придаст свою остринку квасу, и сладость последнего станет менее ощутимой.

От этого сахара в квасе меньше не будет, но мы таким образом словно обманываем свои вкусовые рецепторы.

Давайте считать, что приемлемый по вкусу квас у нас есть, и надо приготовить вкусную окрошку. Вкратце, готовят окрошку так: желтки вареных яиц, сахар (если нужно) и соль растирают с готовой горчицей и (по желанию) с тертым хреном, затем разводят квасом. Вареные мясные продукты, очищенные свежие огурцы и белок яиц нарезают ломтиками или кубиками, зеленый лук шинкуют и перетирают с солью. Нарезанные продукты смешивают, заливают заправленным квасом, подают в суповых тарелках, посыпают шинкованным укропом. Отдельно подают сметану. Кстати, можно подавать окрошку раздельно, то есть смешанные нарезанные продукты укладывают в салатник, а заправленный квас подают в кувшине, и каждый участник трапезы сам «собирает» свою окрошку в предназначенной для

этого суповой тарелке.

Если разобраться, все холодные супы смело можно назвать жидкими салатами. А если это так, то, как мы уже договорились, в салатах очень важно соотношение ингредиентов. Причем нужно понимать, что соотношение жидкой части холодного супа и заправки может быть любым, а вот соотношение ингредиентов внутри заправки, как и внутри жидкой основы, должно быть определенным. Что касается жидкой основы, то на 1 стакан кваса обычно берут ½ вареного желтка, ½ ч. ложки готовой горчицы, сахар, соль и хрен – по вкусу. Заправка на 1 стакан кваса: 60 г огурца, зеленого лука в 2 раза меньше, чем огурца, ½ яичного белка, вареные мясные продукты или рыба – по весу не меньше, чем огурцов.

И не бойтесь прямо в тарелку с холодным супом положить пару кубиков льда, если, конечно, он приготовлен из чистой воды!

# О блюдах из мяса («Наши» и «не наши»)

Поговорим о некоторых наиболее популярных мясных блюдах. Это гуляш, беф-строганов, котлеты из фарша, беф-бургиньон. И, конечно, шашлык!

## Гуляш

При всей своей нелюбви к категоричности в отношении еды и ее приготовлении, все же заявим, что нельзя называть гуляшом мясо, тушенное с томатом и луком. Ну, нельзя! Самая важная, пожалуй, главная особенность этого блюда – использование молотой красной паприки. Это порошкообразная приправа из спелого, ароматного, чаще всего слабожгучего красного стручкового перца. Паприку делают из стручков, предварительно удалив из них семена. Она может, тем не менее, различаться по степени жгучести.

Здесь мы рассмотрим наиболее популярную в Венгрии (и по мнению венгерских шеф-поваров) версию гуляша. Гуляш-суп.

В основном, гуляш готовят из говядины, хотя есть варианты блюда из свинины, телятины и даже баранины (эта версия распространена, например, в винодельческих районах Венгрии). Свинина жирновата, вкус телятины теряется, баранина же, наоборот, имеет слишком выраженный аромат и поэтому подавляет вкус жидкой основы.

Очень важным моментом является соотношение ингредиентов. Начнем, не удивляйтесь, с лука. Его нужно использовать очень осторожно, а именно – в небольшом количестве. В этой версии гуляша, в отличие от супа-солянки, он не играет роль загустителя блюда. К тому же большое количество лука, подвергнутого тепловой обработке, придает блюдам излишнюю сладость. Упомянутой солянке это не мешает – там создается хорошая кисло-сладкая нотка, а в гуляше кислой нотки практически нет. Итак, на каждые 500 г мякоти говядины (не вырезки, конечно, а лопатки, подбедерка, внешней мышцы задней ноги) стоит взять одну небольшую луковицу (примерный ее вес 100 г), очистить, мелко нарезать и обжарить в небольшом количестве смальца (можно использовать вытопленное венгерское копченое сало) или растительного масла до золотистого цвета.

Уменьшить нагрев до минимума, добавить в сковороду добрую столовую ложку порошка паприки, перемешать и, резко

увеличив нагрев, добавить нарезанное кусочками мясо. Нужно стремиться к тому, чтобы мясо не успело пустить сок, а покрылось поджаристой корочкой. Затем в сковороду следует влить стакан сухого белого вина и тушить все до размягчения мяса.

Тем временем сварите в подсоленной воде очищенную и нарезанную на четвертинки картошку – ее должно быть примерно в 2 раза больше, чем мяса. Когда мясо станет мягким, добавьте к нему картошку и, чтобы придать блюду консистенцию густого супа, часть жидкости от ее варки. Есть смысл поварить все еще немного, чтобы консистенция за счет частичного разваривания картошки стала более густой. Если все же густоты нет, надо воспользоваться мукой как загустителем.

Немного подробнее остановимся на свойстве муки загущать жидкости. В муке, как известно, есть крахмал, он способен связывать воду: при нагревании в жидкой среде крахмальные зерна набухают, впитывая в себя воду, и жидкость густеет. Самый простой способ загустить мукой соус, суп или что-нибудь еще – размешать немного муки в холодной воде и при перемешивании ввести в жидкость, которую загущаем. В этом случае необходимо еще некоторое время кипятить загущенную жидкость для устранения привкуса сырой муки, что делать явно неудобно – густая, вязкая жидкость так и норовит пригореть. Поэтому можно поступить рациональнее – предварительно прогреть муку со сливочным маслом на сковороде, в результате мука не только потеряет привкус сырости, но и приобретет приятный ореховый вкус и аромат. Причем, чем сильнее прогрета мука с маслом, тем более темный цвет и более интенсивный вкус она будет иметь. Обычно прогревают одинаковые по объему количества масла и муки.

Вернемся к гуляшу. Для улучшения его вкуса и консистенции можно приготовить так называемые «чипетке» – маленькие, почти микроскопические клецки, схожие по виду с рисовыми зернышками.

И напоследок о допустимых вариациях. В конце обжаривания мяса можно добавить нарезанную мякоть зеленого болгарского перца – примерно две штуки (120 г) на каждые 500 г мяса. Почему зеленого? Так лучше по цвету – красный, например, в гуляше заметен не будет.

| Ингредиент | Весовое соотношение |
|---|---|
| Мясо | 1 |
| Лук | 1/5 |
| Картофель | 2 |
| Болгарский перец | 1/4 |
| Паприка | По вкусу |
| Тмин | По вкусу |

Еще допустимо добавить немного тмина при обжаривании мяса, хотя многие венгры считают, что с тмином готовится австрийский вариант гуляша. И не нужно бояться добавить еще немного порошка паприки сразу же после закладки в гуляш отварного картофеля, если цвет блюда вам кажется не очень интенсивным.

## Беф-строганов

Известная классическая версия этого блюда, конечно, хороша. Но очень уж она… ресторанная. Дело в том, что «классика» предполагает следующие приемы: говядину, предназначенную для жарки, нарезают кусками поперек волокон, отбивают до толщины 4–5 мм и нарезают брусками длиной 4–5 см, посыпают солью и молотым перцем и быстро обжаривают. Затем прогревают в сметанном соусе, причем не доводя до кипения, с добавлением томата-пюре и обжаренного лука (сырого лука в 3 раза меньше, чем сырого мяса). Особенность блюда заключается в том, что мясо должно остаться по вкусу жареным, хотя и находится в соусе, но не тушеным. Однако так можно приготовить только лишь небольшое количество беф-строганов.

Представьте себе, что вам нужно приготовить в таком стиле блюдо для семейного обеда или дружеских посиделок. Тогда вы должны поджарить большое количество мяса, что за один раз сделать невозможно: если вы положите много мяса на сковороду, оно не поджарится, ведь температура масла резко упадет, мясо не схватится корочкой, начнет терять сок и будет тушиться в собственном соку. Таким образом, мясо нужно жарить небольшими порциями, затем откладывать его в сторону и жарить следующие порции. Что уже плохо – обжаренное мясо из первых порций будет остывать и за счет аккумулированного тепла даже перейдет за рамки нужной степени готовности. Затем, когда все мясо обжарено, его нужно быстро прогреть в соусе. Это тоже проблематично – даже если вы положите мясо в кипящий соус, кипение прекратится, потому что мясо во время его накопления

остыло. Мясная масса будет нагреваться долго и в процессе этого нагрева потеряет вкус и свойства жареного. Поэтому для приготовления обильного количества беф-строганов у вас один путь – готовить каждому участнику трапезы индивидуально. Это тяжело, долго, непроизводительно. Домашний вариант блюда может быть проще. Это просто-напросто тушение. Для этого не требуется интенсивно отбивать мясо, доводя его до упомянутой выше толщины. Более того, его вообще не обязательно отбивать, а достаточно нарезать брусками сечением 5–6 мм и длиной 4–5 см. Затем мясо нужно обжарить, лучше все-таки небольшими порциями, но вот, в отличие от классического ресторанного способа, заранее не солить и не перчить. Последняя рекомендация подразумевает сохранение сока в мясе (предварительно подсоленное мясо во время жарки интенсивно выделяет сок). В классическом способе это не вредит – подсоленное мясо обжаривается в очень сильно разогретом жире и так быстро, что сок оно потерять просто не успевает, потому что мгновенно покрывается корочкой. Итак, финал: мясо обжарили порциями, посолили и стушили его в сметанном соусе вместе с предварительно обжаренным луком.

А теперь примите еще одну версию. Ее, наверное, нельзя назвать беф-строганов, это скорее блюдо по мотивам. Во время моей* (*И. Лазерсон – *Прим, редактора*) работы шеф-поваром ресторана «Европа» нам заказали очень дорогой банкет. Он проводился представителями известного русского дворянского рода, и заказчица, потомственная княгиня, попросила приготовить беф-строганов по их семейному рецепту. Было очень интересно ее послушать. Вот что она рассказала. Для «княжеского» типа беф-строганов можно брать любую говядину, разве что не пашину Мясо нарезается поперек волокон кусочками, толщиной примерно полсантиметра и длиной 3 сантиметра и обжаривается вместе с нарезанным полукольцами луком (то же соотношение – лука в 3 раза меньше, чем мяса), заливается вровень говяжьим бульоном и доводится до кипения.

| Ингредиент | Весовое соотношение |
|---|---|
| Мясо | 3 |
| Лук | 1 |
| Соус | Произвольно |
| Горчица или томат-пюре | По вкусу |

Затем добавляют готовую горчицу и большое количество шинкованного укропа: на 1 кг сырого нарезанного мяса 2 ст.

ложки горчицы и 150 г шинкованного укропа. Горчица не только дает вкус, но и является загустителем. Вы заметите, что жидкость загустеет. Тушить мясо нужно на малом огне до готовности, время от времени добавляя жидкость (бульон или воду), если она выкипает. Когда мясо уже готово, добавляют немного сметаны, соус от этого становится светлее и нежнее. Все доводят снова до кипения, и блюдо готово.

Все было сделано так, как учила заказчица, и гости остались довольны.

Общая картина соотношений продуктов для бефстроганов такова:

## Котлеты

Казалось бы, что может быть проще рубленых говяжьих котлет? Тем не менее, попробуем проанализировать некоторые особенности их приготовления. Понятное дело, котлеты из фарша придумали не от хорошей жизни. Нужно было просто-напросто найти способ приготовления жесткого мяса. Очевидно, что нашли способ механического разрушения структуры жесткого мяса. Жесткое мясо, вообще, является таковым потому, что в нем много соединительной ткани, состоящей из особенных прочных белков. Если при жизни животного определенные мышцы работают много, то в них образуется много такой ткани, и они жесткие. Подобная мякоть может, конечно, стать мягкой в результате длительной тепловой обработки. А когда хочется быстрее? Тогда начинают с приготовления фарша, для него в первую очередь берут мякоть шеи, пашину, мякоть лопатки.

Очень важно понимать, что не всякий способ приготовления фарша нам подходит, вернее – не всякий способ измельчения мяса. Не стоит пользоваться кухонными комбайнами, их производители призывают измельчать мясо в чаше с вращающимся там двусторонним ножом. Такой способ приготовления фарша дает откровенно плохой результат: фарш получается неоднородным, а котлеты из него при жарке теряют много влаги и получаются сухими. Ничто не заменит старую добрую мясорубку. Допустимо использовать электрическую, но при использовании ручной эффект лучше – чем больше физического труда тратишь на приготовление блюда, тем вкуснее оно тебе кажется. Так что первым «котлетным» секретом вы уже владеете.

Теперь представим себе, что мясо у вас есть, белый хлеб замочен в молоке, лук очищен и нарезан. Нужно правильно собрать мясорубку. Это важный момент – нам ведь предстоит

измельчать весьма жесткое мясо. Часто ведь бывает так, что всевозможные жилки наматываются на нож, и фарш просто не выходит из механизма. Приходится разбирать мясорубку, вычищать нож и снова собирать. Следует понимать, что нож должен вплотную примыкать к решетке, то есть между ними не должно быть зазора. Как только появляется зазор, на нож наматываются жилы, и нож уже не может резать мясо. Именно поэтому нужно крепко наворачивать обжимной фланец со стороны решетки, чтобы у вас была уверенность в том, что зазора между решеткой и ножом нет.

Предотвратить подобный сбой помогает и измельчение замороженного мяса. Мясорубка работает гораздо эффективнее при измельчении замороженного (подмороженного) мяса. Если у вас есть кусок замороженной мякоти, вы можете дать ему немного отойти, нарезать на куски и сразу же измельчать. Есть еще один резон измельчать именно замороженное мясо: замечали ведь, что когда куски мяса попадают в мясорубку они перемещаются к ножу шнеком, тот их сжимает, нарушая таким образом структуру тканей. Когда же мы кладем в мясорубку куски замороженного мяса, шнек, перемещая их к ножу, не может их раздавить. Важно только резать замороженное мясо достаточно мелко. И последний довод в пользу замороженного мяса. Во время обработки мяса мясорубкой его температура повышается на несколько градусов из-за трения, как вы понимаете. Это отрицательно сказывается на качестве фарша и, в конечном итоге, котлет; в случае же использования замороженного мяса температура фарша не достигает того уровня, при котором могут произойти негативные изменения фарша.

Многие книги рекомендуют пропускать фарш через мясорубку несколько раз, причем через самую малую решетку. Это кажется излишним, достаточно пропустить мясо один раз через решетку со средними отверстиями. Хлеб, предварительно замоченный в молоке, стоит пропустить через мясорубку тоже, равно как и лук.

Может возникнуть вопрос: а в каком виде лук добавлять – сырым или обжаренным? Можно и так, и так, как больше нравится. Состояние лука никак не влияет на консистенцию котлет. Однако фарш, в который добавлен сырой лук, быстро портится. Поэтому такой фарш не стоит хранить даже в холодильнике, его необходимо сразу использовать или, в конце концов, заморозить.

Чеснок? Пожалуйста, только его не надо пропускать через мясорубку – он там просто потеряется, его ведь совсем немного кладут. Чеснок лучше натереть на мелкой терке и добавить в

фарш. Сырое яйцо в фарш? В принципе можно, но зачем? Сырое яйцо является скрепляющим ингредиентом, но котлеты из хорошо вымешанного фарша и так не рассыплются. Обогатить фарш белками яйца? В мясе их и без этого много.

Прежде, чем мы проанализируем соотношения ингредиентов, давайте обсудим еще один технологический прием, рекомендуемый многими книгами. А именно – выбивание фарша. Дело в том, что в фарш, в соответствии с рецептурой, попадает определенное количество жидкости, чаще всего это молоко или вода. Это нужно для того, чтобы котлеты получились сочными. Чтобы белки мяса лучше вобрали в себя жидкость, рекомендуется фарш выбивать, то есть большой комок фарша брать двумя руками и просто ронять его на стол. Вода, таким образом, в прямом смысле «вбивается» в фарш. Но вбивается так сильно, что в готовых котлетах ощущения сочности нет, вода очень глубоко входит в структуру белка. А нам ведь важно, чтобы сок при жарке котлет все же немного выходил и чтоб его впитывал хлеб, добавленный в фарш.

А теперь о соотношении ингредиентов. Попробуйте запомнить такие цифры: на 1 кг мяса – 200 г белого хлеба без корок и 250 мл молока (это полный до краев стакан). Если вы нужное количество хлеба зальете отмеренным количеством молока, то перед закладкой хлеба в мясорубку его отжимать не стоит, все равно ведь молоко должно в фарш попасть.

Порой умиляет рекомендация отжимать хлеб, ее приводят во многих книгах. Если предположить, что хлеб замачивают в произвольном количестве молока и затем отжимают, то зачем так нерационально использовать молоко? Куда девать молоко, отжатое из хлеба? В фарш? Так зачем нужно было хлеб отжимать? Вот поэтому и следует сразу замочить хлеб в том количестве молока, которое нужно, и не отжимать, а все сразу после набухания хлеба отправить в мясорубку Кстати, рационально растворить в молоке соль, в этом случае фарш равномерно просолится. Важно фарш хорошо вымешать, чтобы хлеб распределился в массе фарша. Если вам кажется, что фарш получился жидковат, не отчаивайтесь, поставьте его на часок в холодильник, он станет гуще.

Панировать или не панировать котлеты? Практика показывает, что панировать все же стоит. Для панировки используют свежий белый хлеб. Кусок белого хлеба всегда можно держать в морозильнике, завернутым в пищевую пленку. В нужный момент его остается только достать и измельчить на терке. Затем в этих хлебных крошках котлеты панируют без предварительного погружения в льезон. В корочке, которая

образуется в процессе жарки котлет, нет ощущения казенности, она получается очень «домашняя», убедитесь сами.

## Беф-бургиньон

Это блюдо не такое уж распространенное у нас. Однако оно стоит внимания. Дело в том, что это блюдо, являясь тушеным и по своей сути похожим на гуляш, обладает уникальным вкусом. Используемые говядина, красное вино, бекон, грибы и лук создают невероятный букет.

| Ингредиент | Количество |
|---|---|
| Красное сухое вино | 1 бут. |
| Говядина (мякоть) | 800 г |
| Лук | 2 шт. |
| Бекон | 100 г |
| Шампиньоны | 200 г |

Блюдо очень привлекательно и стабильно воспроизводимо. Важно, как всегда, изучить рекомендуемые соотношения продуктов. Но вначале о технологии. Нужны сковорода и сотейник. На сковороде поочередно жарятся все ингредиенты, их по мере готовности перекладывают из нее в сотейник. Последовательность действий следующая: первым обжаривают бекон, после его удаления на вытопившемся жире сначала жарятся нарезанные четвертинками шампиньоны, потом крупно нарезанный лук и, наконец, нарезанная кубиками говядина.

Сковороду, освобожденную от говядины, не моют, а наливают в нее красное вино и слегка выпаривают. Выпаренное вино переливают в сотейник с жареными ингредиентами и тушат блюдо до готовности мяса. При необходимости загущают смесью муки и сливочного масла. Теперь о соотношении продуктов. Попробуем осмыслить рецепт, отталкиваясь от одной бутылки красного вина.

## Шашлык

Шашлык всегда начинается на домашней кухне (давайте договоримся, что кухня на даче – тоже домашняя). Даже, если вы купили «правильное» мясо, его непременно нужно замариновать. Первым маринадом, которым пользовались еще древние римляне, была обычная морская вода, в ней перед приготовлением вымачивали мясо, рыбу или дичь (отсюда происходит и само

название «маринад», от лат. marinus – «морской»). В скандинавских странах до сих пор некоторые сорта морской рыбы не только вымачивают, но и отваривают в морской воде. В странах

Южной Европы, где было развито виноделие, использовали маринады на основе уксуса – продукта скисания вина.

Современный подход к маринованию весьма изменился. Если раньше мы рассматривали маринование, прежде всего, как возможность сделать мясо более мягким, то сегодня маринование – это придание определенного вкуса (а следовательно, и аромата) мясу или рыбе. Раньше приходилось использовать части туши говядины или свинины, не предназначенные для жарки. Поэтому в маринад лили много уксуса, он, кстати, не является такой уж волшебной жидкостью. Если мясо жесткое, то никакой уксус его не возьмет, а если мягкое, то уксус и вовсе не нужен. К тому же концентрированный уксус часто приводит к противоположному результату – мясо становится более жестким. А вот «мягкая» кислота благотворно действует на мясо, поэтому использование томатного сока, натурального йогурта, кефира, лимонного сока, сухого вина предпочтительно (есть даже рекомендации использовать аскорбиновую кислоту для маринования). Например, индийские повара маринуют мясо в соке граната – он содержит энзимы, делающие мясо более нежным. Попробуйте замариновать шашлык в соке манго или папайи – результат может превзойти все ожидания… Щепотка сельдерейной соли в маринаде сделает шашлык удивительно ароматным. А листья шалфея, насажанные на шампур между кусочками мяса, завершают вкусовую гамму блюда.

Прежде чем перейти к конкретным советам, стоит порассуждать на тему специй, используемых при мариновании мяса или рыбы. Нужно понимать, что ароматы всех специй хорошо растворяются в органических жидкостях (спирте, например, или в жирах) – такова их, ароматов, физико-химическая сущность. Важно, чтобы аромат специй был растворен, прежде чем специи станут контактировать с продуктом – так аромат распространится более равномерно. Итак, читатель, мы подходим к очень важному принципу маринования, он может быть сформулирован в духе известной рекламы: просто добавь растительного масла! Да, да – при мариновании мяса или рыбы в маринад нужно обязательно добавить растительное масло, немного, конечно. Оно к тому же будет способствовать образованию поджаристой корочки на поверхности продукта.

Примем во внимание также то обстоятельство, что при жарке продукта над углями целесообразно периодически смазывать его

маринадом, и если в нем (маринаде) присутствует ароматное растительное масло, это только на пользу. Рыба, курица или мясо для шашлыка, замаринованные с оливковым маслом, получаются удивительно сочными. Имейте в виду, что полакомиться только что собранными грибами вы можете прямо в лесу. Намотайте на палочку кусок проволоки и изжарьте грибной шашлык на костре. Особенно вкусно получится, если окунуть каждый гриб в растительное масло. Кстати, сегодня на нашем продовольственном рынке есть компания, представляющая специальные маринады для разных видов шашлыков. Более того, эта компания начала выпуск специальных «грильных» масел (заметьте – масел!), ими мясо или рыбу смазывают при жарке – тогда, в принципе, можно обойтись и без предварительного маринования.

Переходя к конкретным рецептам маринадов, откроем один секрет, касающийся рыбного шашлыка. Рыба – продукт нежный, и часто бывает так, что куски рыбы в процессе жарки на шампуре просто падают с него. Чтобы предотвратить это, нужно всего лишь посыпать куски рыбного филе солью и сахаром и выдержать их так около часа, затем промыть и промариновать с нужным ароматом, желательно не в кислой среде (лимон к шашлыку подадите отдельно!). Попадание на поверхность рыбного филе соли и сахара приводит к некоторому обезвоживанию верхних слоев мякоти. В результате филе, оставаясь нежным внутри, на поверхности становится более плотным, что и предотвращает падение куска с шампура. Это важно и при жарке рыбы на решетке. Часто кусок под тяжестью собственного веса проседает и во время жарки прилипает к решетке. Уплотнение внешнего слоя рыбного филе предотвратит проседание. Так выдерживание рыбы в смеси соли и сахара помогает решить и эту проблему.

Отдельная тема – это то, что шашлыки сопровождает. Нет, речь не об алкоголе. А о гарнирах. Все закуски к шашлыку должны выгодно подчеркивать его вкус и сочетаться с ним. Надо иметь в виду, что у вас на столе только одно главное блюдо – шашлык, на нем и должно сконцентрироваться внимание, поэтому легкие закуски обязаны лишь возбуждать аппетит, а не отвлекать от нескончаемого удовольствия. Идеально: приготовить салат из свежих овощей, заправив его хорошим оливковым маслом и винным уксусом непосредственно перед употреблением. Это, конечно, не всегда удобно. В любом случае, при транспортировке нарезанные овощи пустят сок. Поэтому возникает необходимость нарезать овощи на месте. Если у вас загородный дом или дача – нет проблем, здесь все понятно. Но в случае выезда на «дикую» природу, а если еще и своим ходом, то

есть не на машине, стоит хорошо подумать, как все рационально организовать. Принимая во внимание предыдущие рассуждения, будем ориентироваться на худший случай «своего хода», хотя все то, что подойдет для данной ситуации, будет приемлемо и в загородном доме.

Хорошо себя проявляет салат «коулслоу» (coleslaw). Это американский стиль, а кто, как не американцы, знают толк во всем, что касается жарения над углями и соответствующего сопровождения. Американский салат – всего лишь шинкованная капуста, часто с яблоком, морковью и зеленью, но заправленная густым майонезом. Поэтому достаточно взять с собой контейнер с шинкованной дома капустой, смешанной с тертой морковью, и отдельно любимый майонез. Понятное дело, овощи в натуральном виде тоже не запрещены. Из овощей, взятых с собой, можно приготовить вкуснейшее сопровождение к мясу, так часто, например, делают в Армении. До того как начать жарить шашлык, нанизывайте на шампуры баклажаны, помидоры, сладкий перец (его вид не имеет значения, любой: красный, желтый или зеленый). Пожарьте овощи, причем не бойтесь их жарить над не до конца прогоревшими поленьями. Овощи должны стать мягкими, а кожура начнет обугливаться. Затем опустите их в сильно посоленную холодную воду и очистите. Нарезайте как для салата, добавьте по вкусу репчатый лук, чеснок, соль, перец.

Ничего сложного для условий «дикого» выезда нет, разве что с собой надо иметь немного чистой воды, небольшую доску и нож. Кстати, примите во внимание, что сегодня в продаже есть недорогие одноразовые полиэтиленовые перчатки, они могут продаваться в хозяйственных отделах или там, где продают всякие принадлежности для окраски волос. Удобно, например, надевать мясо на шампуры, будучи облаченным в такие перчатки.

При подготовке к пикнику целесообразно сделать следующее – дома не полениться тщательно вымыть картофель, нарезать его кругляшами, не очищая. Обжарить кругляши на сковороде почти до готовности, но чтобы при этом они не разваливались, и остудить. Затем взять несколько кусков фольги, на каждый положить разумное количество ломтиков картошки, внахлест. Посыпать ее специями – карри, перцем, базиликом, розмарином или толченым свежим чесноком, зеленью. Затем фольгу завернуть конвертом. У вас получится некоторое количество таких конвертов, их очень просто транспортировать, положив один на другой и завернув еще в один, общий, лист фольги. Далее понятно: эти пакеты греют над углями, на решетке или – за неимением последней – на двух параллельно расположенных шампурах. По такому же принципу можно подготовить рис –

отварить его до готовности, сдобрить специями, маслом, неплохо смешать с тертым сыром, завернуть в конверты и далее по обозначенной схеме.

Отдельная тема – соусы к жареному мясу или рыбе. Сегодня только готовых промышленных соусов очень много, а уж подходов к приготовлению домашних – еще больше. Практика показывает, что неизменно удачным является соус, приготовленный на основе свежих помидоров. Гости съедают его обычно столько, что уже давно стоит называть его не соусом, а холодным супом. Единственный, пожалуй, его недостаток в том, что он не хранится долго даже в холодильнике (не более трех дней). Да и надо ли? Сколько бы ты его ни приготовил, все равно съедают! К тому же соус готовится крайне быстро. Впору провести эксперимент и понять – а на каком же количестве гости остановятся? Но не станем испытывать ваше терпение и приведем, как всегда концептуально, рецепт.

На каждый средний помидор нужно взять ½ зубчика чеснока, ½ ч. ложки сахара, свежего жгучего перца по вкусу и $У_8$ часть пучка кинзы, ее надо как можно мельче нашинковать (вместе со стебельками). Все очень просто: помидоры разрезать пополам и натереть на крупной терке, при этом кожура останется на вашей ладони. Чеснок, перец измельчить. Зелень нашинковать, все ингредиенты смешать. Подобный соус всем хорош, но все-таки он расслаивается и разделяется на две фракции – гуща с семенами и прозрачный сок. Это не совсем хорошо, поэтому ничего страшного не будет, если вы добавите в уже готовый соус немного любого покупного кетчупа – все продаваемые кетчупы сегодня напичканы стабилизаторами и загустителями (что позволяет ушлым производителям класть в кетчуп меньше томата и добавлять, по сути, больше воды!). В данном случае готовый кетчуп придаст вашему соусу густоту и стабильность, но никто его присутствия там не заметит.

# О блюдах из птицы

## Чахохбили
## [Из воспоминаний И. Лазерсона)

Чахохбили – одно из классических, на мой взгляд, блюд. Нескромно считаю, что готовлю неплохую его версию. Плотные взаимоотношения с грузинским блюдом начались у меня в 1988 году, когда я в течение месяца подрабатывал поваром в первом кооперативном кафе своего родного украинского города Ровно.

Были студенческие каникулы, к тому времени я уже отучился два года в ленинградском институте, за плечами остались техникум общественного питания и армия. Хотелось заработать каких-то денег, вот я и пошел наниматься в кооперативное кафе, понимая, что там должно быть получше, да и формальностей, связанных с временной работой, ожидалось меньше. На удивление, меня сразу приняли – попал в нужное время. В этом кафе повар был всего один – милая женщина, к концу дня она просто валилась с ног от накопившейся усталости. Заведение было крайне популярным, работали много и даже без выходных. Поработал я с этой женщиной пару дней вместе, и хозяйке кафе она доложила, что я могу готовить самостоятельно.

Специфика работы кафе заключалась в том, что днем там готовился комплексный обед (его теперь почему-то называют «бизнес-ланч»): один салат, один суп, одно горячее блюдо. Повар все готовил по своему усмотрению. Обедать ходили одни и те же люди, весьма состоятельные по тем временам – рядом находился магазин обуви, обувь в нем отсутствовала, но продавцы этого магазина исправно ходили обедать в кафе. Неподалеку размещался магазин автозапчастей с отделом комиссионной продажи машин, соответственно, все продавцы и оценщики машин (высшая каста!) столовались здесь же; милиция располагалась тоже рядом, и ее сотрудники просто не имели права быть скромнее, чем все вместе взятые продавцы… Поскольку обедали одни и те же люди, варианты обедов менялись. Как-то я сделал первый раз чахохбили, реакция гостей на него оказалась очень хорошей, и в течение месяца работы я несколько раз повторял это блюдо по просьбе постоянных клиентов. И до сих пор я готовлю чахохбили тем же способом. Итак, чахохбили!

Вначале нужно промыть курицу, предварительно не забыв удалить легкие. Внимание! Легкие из тушки необходимо удалять

обязательно. Они не предназначены для употребления в пищу, особенно в теперешних условиях. Затем курицу следует разрубить на десять частей. Опять же, нужно уметь правильно рубить птицу, чтобы кому-то из сотрапезников не достались впоследствии только – кости грудные или из задней части. Надо всегда следить, чтобы все, кто будет участвовать в застолье, оказывались в равных условиях. Вначале курицу нужно разрезать вдоль пополам, затем каждую половину разрезать на 5 частей: крыльная часть с фрагментом грудки, грудная часть с ребрами, бедро, разделенное пополам, и окорочок.

Затем части курицы кладутся на сухую без жира горячую сковороду, но не на раскаленную, а просто горячую.

Обратите внимание: без жира! Какой бы тощей ни была сама курица, никакого масла, ни сливочного, ни растительного, ни маргарина, использовать не нужно. Курица достаточно активно начинает шипеть на сковородке, но не подгорает, и отсутствие масла не сказывается отрицательно на самом процессе. Естественно, при контакте с горячей поверхностью куриная кожа начинает поджариваться, и куски нужно своевременно перевернуть на другую сторону и опять слегка обжарить.

Потом в эту же сковороду нужно добавить большое количество шинкованного полукольцами репчатого лука. Стоит увеличить нагрев под сковородой, чтобы жидкость, выделившаяся из кусочков птицы в процессе тепловой обработки, испарилась, а на сковороде оставался только вытопившийся из курицы жир. Периодически перемешивая содержимое сковороды, нужно добиться, чтобы курица покрылась равномерной золотистой корочкой, а лук при этом стал кремового цвета.

После чего переложите курицу вместе с луком в невысокую толстостенную кастрюлю, но сковороду не спешите сразу помещать в мойку. Налейте в нее немножко воды, дайте ей закипеть и этой водой заливайте курицу. Вода не должна покрывать полностью куски птицы.

Кстати, такой процесс заливания воды в сковороду, в которой что-то жарилось, для того, чтобы не упустить ароматические вещества и ввести их снова в сферу тушения и вернуть продукту, называется «деглазированием» сковороды. Профессиональные повара часто пользуются таким приемом. Признаться, деглазирование, по понятным причинам, вроде бы не совсем полезно для здоровья, но в нашем случае с курицей не было такой уж сильной жарки с перекаливанием и обугливанием дна сковороды. Поэтому в данной ситуации это совсем не страшно, как в каких-то иных случаях.

Итак, курица, залитая ароматной водой, начала тушиться.

Пора курицу посолить. Но соли надо класть чуть меньше, чем следует по привычке в соответствии с объемом кастрюли, ведь часть воды в процессе тушения выпарится, а степень солености окончательно корректируется по вашему вкусу в процессе доготовки. На той же сковороде, где обжаривали курицу (сковорода уже словно помыта один раз), нужно обжарить помидоры: разогрейте небольшой кусочек сливочного масла и уложите затем в сковороду большое количество спелых (желательно южных) помидоров с удаленными плодоножками и разрезанных на четыре части. Слегка прогрейте их в масле, затем переложите в кастрюлю, где тушится курица. Дальше птица с помидорами и луком тушится при открытой крышке для того, чтобы жидкость испарялась. Пока тушится курица, нужно приготовить ароматную заправку. Это измельченный чеснок, растертый с небольшим количеством соли, красный острый перец и зелень кинзы. Все вместе превращают в однородную массу и перед тем, как снять кастрюлю с плиты, кладут туда эту ароматную заправку, и только после этого все перемешивают. Затем остается накрыть кастрюлю крышкой, убрать нагрев и дать чахохбили настояться 15 мин.

## Киевская котлета

Вначале кратко упомянем о версиях происхождения блюда. Это, как кажется, довольно интересно. Считается, что такую котлету придумали в Киеве, автор ее неизвестен, как неизвестно и время, когда она была придумана. Но есть иная версия: необычные котлеты изобрел шеф-повар ресторана Киевского вокзала в Москве. Но, как вы понимаете, украинские кулинары, особенно сейчас, когда Украина является независимым государством, категорически это отрицают и подобную версию принять не могут и вряд ли когда-нибудь смогут. Но факт остается фактом, котлета называется «киевской».

Правда, некоторые знатоки уверяют, что блюдо это французское – знаменитое «де-воляй», переименованное в эпоху отчаянной борьбы с низкопоклонством перед Западом. Именно тогда французские булочки перекрестили в «городские», кафе «Норд» на Невском в «Север», и т. д., и т. п.

Котлета по-киевски вошла в анналы мировой кулинарной культуры, ее знают везде, и любой иностранный турист, приезжающий в Россию, на Украину или в бывшие республики Советского Союза, пытается хотя бы раз попробовать эту котлету и оценить ее. Нужно сказать, что котлета по-киевски – одно из немногих блюд отечественной кухни, которое знают во многих

странах мира.

А теперь попытаемся внятно рассказать о приготовлении киевских котлет. Это ведь своего рода кулинарный фокус, когда жидкий соус находится внутри котлеты. Конечно же, в идеале такая котлета должна быть с косточкой. Из этих соображений профессионалы готовят киевскую котлету из целой курицы, потому что тогда есть возможность вырезать куриное филе вместе с крыльной косточкой. Но дома, может быть, это не столь уж важно, и нам допустимо купить упаковку замороженного или свежего куриного филе. Вначале принято готовить масло, то есть тот наполнитель для киевских котлет, что во время тепловой обработки превращается в соус. Это масло по науке называется масло «метрдотель», или «зеленое масло», то есть масло с рубленой зеленью, чаще всего – с петрушкой, с добавлением лимонного сока, небольшого количества молотого белого перца и соли.

Масло должно быть не растопленным, а размягченным, и часто требуется определенное усилие и время для того, чтобы оно соединилось с лимонным соком, добавляемым в соус. Масло нужно превратить в недлинные колбаски и сильно охладить в холодильнике.

Дальше наступает черед куриного филе. Оно, если вы заметили, состоит из двух филе: малого и большого. Малое филе – точная копия большого, но меньшего размера. Малое филе нужно от большого отделить, после чего положить на доску и аккуратно через пищевую пленку отбить.

Затем охлажденную колбаску масла необходимо завернуть в малое филе, а уже эту конструкцию завернуть в отбитое большое филе, придавая форму сигары, но заостренной с одного конца. Получилась заготовка для котлеты.

Далее следует котлету запанировать, причем так, чтобы при обжаривании масло, которое будет растапливаться внутри котлеты, не выливалось из нее. Чтобы сохранить смысл и эффект этого кулинарного фокуса, панировка должна быть весьма и весьма обильной. Вначале киевскую котлету панируют в обычной муке, затем опускают ее в льезон и уже тогда панируют в белых размолотых сухарях. Причем даже лучше, если это будут не сухари, а измельченный белый хлеб или батон. Как это сделать? Очень просто. Батон зачищают от корочек и кладут во фризер, то есть в морозильник. Когда хлеб (батон) сильно замерзает, появляется возможность натереть его на терке, не замороженный мягкий батон на терке измельчить невозможно. А если попытаться пропускать его через мясорубку, то мякиш все-таки слипается, и сухих крошек не получится.

Далее сформованные и запанированные котлеты нужно поместить в холодильник для того, чтобы они охладились. Дальнейшие действия просты. Котлету обжаривают во фритюре (то есть в таком количестве растительного масла, в котором эта котлета плавала бы или, как минимум, была погружена наполовину) до золотистого состояния и доводят до готовности в духовке, но так, чтобы при этом не сжечь ее. Догадываетесь, что соус к такой котлете, в общем-то, не нужен, потому что он уже находится внутри нее. Гарниром могут выступать обычные овощи, прогретые с маслом либо в соусе бешамель.

Часто бывает так, что человек за столом берет, как положено, в левую руку – вилку, в правую – нож и смело, уверенными движениями разрезает киевскую котлету. И нередко случается, что растопленное масло слишком интенсивно, с брызгами выбрасывается из котлеты. Этого допускать нельзя, поэтому рекомендуется вначале подобную котлету проткнуть вилкой и слегка нажать на нее ножом, чтобы лишнее масло немного вытекло из котлеты. И тогда ее уже не страшно разрезать ножом.

Нужно сказать, что сейчас многие иностранные компании и даже некоторые отечественные взялись за изготовление киевских котлет промышленным способом. Котлеты продаются в замороженном виде в упаковках. Но, как правило, они сделаны из куриного фарша, что уже является искажением рецептуры, возможно в них присутствие синтетических добавок и красителей, заправляемых в масло. Попробуйте все же приготовить их самостоятельно. Не пожалеете!

## Фрикасе

Куриное мясо или нарубленную кусками вместе с костями курицу панируют в муке и не обжаривают, а прогревают в небольшом количестве растопленного сливочного масла, но так, чтобы не образовалась корочка. Важно, чтобы цвет оставался белым. Когда мясо, панированное в муке, прогрето указанным выше способом, добавляют немного воды, пучок зелени и тушат. Затем добавляют сметану и доводят блюдо до готовности. Есть еще более сложный способ приготовления фрикасе, когда бульон от тушения сливают и добавляют туда желток, смешанный с небольшим количеством сливок, все это интенсивно размешивают и нагревают, но не доводя до кипения, потому что тогда свернется желток. И вот таким горячим соусом заливают готовые кусочки курицы и, опять же, немного подогревают, но не кипятят, чтобы все только вместе прогрелось.

Существует еще один стиль приготовления блюд, который

очень близок к фрикасе. Эта группа блюд более демократична и всем известна под названием рагу. То же мясо, тушенное кусочками, только и всего. Отличие лишь в способе предварительного обжаривания мяса. Для рагу мясо обжаривают до образования золотистой корочки. Поэтому рагу всегда томатно-коричневое, часто в муку для колера и аромата еще добавляют и томат. А вот во фрикасе, как вы поняли, ничего не добавляют, поэтому давайте будем считать, что фрикасе – это белое рагу.

## Пожарские котлеты

Пожарские котлеты – блюдо с довольно интересной историей. Фактически это котлеты из куриного филе (обычно использовали филе пулярки[1]), обваленные в сухарях. Их подавали с маслом бёр-нуазет – растопленным и прогретым до орехового цвета сливочным маслом, смешанным с лимонным соком. Гарниром служили зеленые овощи.

Свое название блюдо получило по имени содержателя постоялого двора в Торжке. Пушкин в стихотворном послании к своему другу Соболевскому 9 ноября 1826 года писал:

*На досуге отобедай*
*У Пожарского в Торжке.*
*Жареных котлет отведай*
*И отправься налегке.*

В конце XVIII века ямщик Дмитрий Пожарский построил в Торжке постоялый двор, со временем преобразовав его в гостиницу с трактиром. В 1811 году, после смерти Дмитрия Пожарского, владельцем гостиницы становится его сын – Евдоким Дмитриевич Пожарский, а в 1834 году дело отца унаследовала Дарья Евдокимовна Пожарская. Главную славу трактира составляли знаменитые пожарские котлеты – они стремительно входили в моду.

«Быть в Торжке и не съесть Пожарской котлетки кажется делом невозможным для многих путешественников, – отмечает А. Ишимова, описывая поездку в Москву в 1844 году. – <…> Ты знаешь, что я небольшая охотница до редкостей в кушаньях, но мне любопытно было попробовать эти котлетки, потому что происхождение их было интересно: один раз в проезд через Торжок Императора Александра дочь содержателя гостиницы Пожарского видела, как повар приготовлял эти котлетки для

Государя, и тотчас же научилась приготовлять такие же. С того времени они приобрели известность по всей московской дороге, и как их умели приготовлять только в гостинице Пожарского, то и назвали Пожарскими. Мы все нашли, что они достойно пользуются славою: вкус их прекрасный. Они делаются из самых вкусных куриц…»

Вкусом знаменитых пожарских котлет восхищались иностранные путешественники. Немец Гагерн, сопровождавший принца Александра Оранского во время путешествия его в Россию в 1839 году, писал:

«Позавтракали в городе Торжке, производящем приятное впечатление, у одной хозяйки, славящейся своими котлетами; репутация ее вполне заслуженная».

А что же это за история приготовления котлет для государя? Вот какая существует легенда. Однажды карета государя Николая I сломалась в городке Осташкове, Тверской губернии, и в местном трактире царю приготовили завтрак, который не был запланирован заранее. Причем меню завтрака государь составил сам. В меню были котлеты из телятины, а телятиной у трактирщика и не пахло. И тот решил пойти на обман, приготовив котлеты из куриного фарша.

Императору завтрак понравился, и он велел трактирщика позвать с тем, чтобы поблагодарить его и наградить. Трактирщик, не ведая о государевых намерениях, ужасно перепугался, бухнулся перед царем на колени и взмолился, чтобы его помиловали, что он не виноват в том, что котлеты сделал неправильно, это его жена так научила.

То есть, по сути, господин Пожарский просто-напросто сдал свою жену, как сейчас говорят. Однако государь велел эти котлеты включить в меню дворцовой кухни и назвать их «пожарскими». Остается надеяться, что супруга на Пожарского не обиделась. А хитрый трактирщик вскоре украсил свое заведение вывеской «Поставщик двора его императорского величества».

Его дела пошли в гору, и он переехал вскоре в Торжок, где открыл гостиницу, естественно, с трактиром. А жена его, Дарья Евдокимовна Пожарская, стала почти светской дамой. Ее уже стали приглашать ко двору, она иногда принимала участие в обрядах крещения высокопоставленных деток, таких деток, крестной матерью которых была императрица. Одному известному художнику тех времен был заказан портрет ребенка на руках у этой трактирщицы. Портрет выставлен сейчас в музее города Торжка. Интересная история, не правда ли?

Готовят знаменитые котлеты так. Курицу сначала надо опалить, выпотрошить и промыть. Отделить вместе с кожей

мякоть от костей, пропустить через мясорубку, затем добавить замоченный в молоке белый хлеб, вторично пропустить через мясорубку, положить немного растопленного сливочного масла, посолить и тщательно вымешать. Из фарша сформовать небольшие котлеты и обвалять их в сухарях.

Подготовленные котлеты обжарить на масле с обеих сторон на разогретой сковороде в течение 4–5 мин, пока не образуется слегка подрумяненная корочка. После этого сковороду с котлетами поставить на 5 мин в духовку или накрыть крышкой и оставить на некоторое время на слабом огне. Готовые котлеты уложить на блюдо и полить растопленным маслом. На гарнир можно подать различные овощи: зеленый горошек, фасоль, цветную капусту, предварительно сваренные и заправленные маслом, а также жареный картофель.

Пожарские котлеты делают из куриного фарша, хотя, видите, телятина здесь фигурирует тоже, но в таком специфическом качестве, как повод для возникновения блюда.

Что касается рецептуры. Нет здесь сливок, как нет и лука. Если сливки еще можно представить хорошо сочетаемыми с куриным фаршем, то уж, простите, вкус лука в данном случае никак не сочетается со вкусом куриного мяса. Здесь он его перечеркивает.

Можно добавить, что в рецептуру фарша для Пожарских котлет входит небольшое количество растопленного сливочного масла, оно придает определенную нежность и мягкость вкусу котлет. Перец класть в пожарские котлеты не принято.

У профессионалов часто используется прием специфической панировки пожарских котлет. Когда готов фарш, его формуют в виде заостренных с обоих концов котлет, смачивают в льезоне и панируют в белом хлебе, нарезанном небольшими кубиками. Это весьма и весьма оригинально. Однако такая специфическая панировка требует и специальной тепловой обработки. Котлеты с обеих сторон обжаривают, желательно в растопленном сливочном масле. Учитывая то, что хлеб очень сильно впитывает жиры при обжаривании, масла должно быть достаточно много. Но обязательно растопленного предварительно и отстоявшегося, чтобы на сковороду не попадали белок и сыворотка, скапливающиеся на дне сосуда, где растоплено масло.

Но таким образом трудно довести котлеты до готовности. Поэтому их только обжаривают с двух сторон так, чтобы хлеб не сгорел. Потом доводят до готовности либо в духовке, причем не сильно нагретой; либо на сковороде, в определенное время дав маленький нагрев и накрыв ее крышкой. В конце обжаривания крышку убирают и опять же немного подсушивают котлеты,

чтобы они не выглядели размокшими.

## Сациви

Начнем с соуса. Итак, очищенные грецкие орехи нужно предварительно обжарить без жира и очистить от кожицы. Это сделать просто – нужно всего лишь перетереть их руками и в это время дуть на руки. Затем орехи надо измельчить. Проще всего (технически) проделать это в мясорубке, причем кто-то любит самую мелкую насадку (соус получится нежнее), кто-то предпочитает крупную.

Первым придется проделать это раза два или даже четыре, что нелегко уже с чисто физической стороны – из орехов давится масло, и мясорубка все время забивается липкой густой массой. Самые умные пользуются кухонным комбайном, а самые терпеливые могут попробовать проделать это по старинке – в деревянной ступке деревянным же пестиком. Только имейте в виду, что часов пять-шесть досуга на это вам придется пожертвовать… Неплохо, если сумеете выжать через марлю немного орехового масла и слить в отдельную посуду – им можно будет полить готовое блюдо перед самой подачей.

Орехи измельчены, высыпаны в кастрюльку или сотейник, теперь берем бульон (откуда берем – чуть позже), заливаем примерно половник (250 мл) на 200 г орехов и на полчасика отставляем в сторонку – надо, чтобы орехи немного набухли. Напомним, что есть варианты с использованием холодного бульона, однако, если орехи разбавлять горячим (почти кипящим), то соус получается немного светлее. Можно добавить туда же пару чайных ложек винного уксуса. Впрочем, можно заменить уксус чем-нибудь более натуральным, например гранатовым соком, – получится экзотичнее. Пока орехи набухают, в том же процессоре измельчаем кинзу, добавляем уцхо-сунели (у кого нет – хмели-сунели), немного имеретинского шафрана (рыльца бархатцев), он же кардобенедикт (дешево и сердито), пару зубчиков чеснока, соль, красный перец. Все вместе опять измельчаем и высыпаем смесь в орехи и хорошенько вымешиваем, сначала ложкой, а потом можно и электрическим миксером – до консистенции густой сметаны или, скорее, теста для блинов.

Детали последнего процесса требуют некоторых комментариев.

Во-первых, неплохая идея кинзу класть так: ложку сухой травки, ложку свежей. Должно получиться интереснее. Кстати, в этом вопросе и у носителей рецепта нет единого мнения. В одних районах Грузии все травки кладут непременно свежими,

проваривают и затем удаляют. В других за одну мысль о таком проступке вам откажут от дома до конца жизни, так как пряности добавляют в соус исключительно сушеными. Что вкуснее? Пробуйте!

Во-вторых, сторонники классики всегда требуют класть исключительно уцхо-сунели. Не секрет, что строго идентифицировать кавказские пряности-сунели (сунели в переводе с грузинского и есть «приправа») довольно сложно, а пряные смеси просто невозможно. Но подавляющее большинство «спецов» склоняется к мысли, что уцхо-сунели (порошок серо-зеленого цвета) – это толченые семена пажитника голубого, весьма распространенного в Грузии, Армении (там он называется «чаман») и в Индии. Его семена придают ореховый привкус кушаньям (что нам собственно и надо), поэтому в овощные блюда часто вместо пажитника добавляют слегка поджаренный и измельченный фундук. Кстати, поступающий в продажу готовый порошок часто горчит, поэтому лучше использовать свежемолотые семена – воспользуйтесь кофемолкой. Впрочем, многие грузинские повара не любят заморочек и, если уцхо-сунели под рукой не оказалось, кладут в сациви хмели-сунели. Почему? Да потому что в эту пряную смесь пажитник входит в довольно приличной пропорции, так что ореховый вкус все равно проявится. Правда, в этом случае надо подумать о количестве остальных приправ, так как в хмели-сунели кроме пажитника могут входить кинза, укроп, сельдерей, петрушка, базилик, чабер, мята, лавровый лист, майоран, красный перец, имеретинский шафран и… – включите вашу фантазию или попытайтесь оценить фантазию торговца, у которого вы эту пряность купили.

И наконец, в России многие, не мудрствуя лукаво, добавляют в сациви майонез (в нашем случае примерно стакан), экспериментируя с различными прославленными готовыми марками или сооружая какую-то свою версию. Преступление? Да нет, конечно! Тем и хороша наука гастрономия, что позволяет создавать самые различные вариации одного и того же блюда, приспосабливая его к единственно правильному вкусу – то есть своему, любимому. Пробуйте на здоровье!

Итак, соус перед вами. Можно считать, что он, в принципе, готов. Однако есть еще один штрих: часто в соус кладут еще и обжаренный лук. Его можно положить в процессор вместе с кинзой, чесноком, шафраном… А можно добавить так, не измельчая, параллельно с упомянутыми ингредиентами. Или же, поварив обжаренный лук в бульоне, затем добавить в него орехи и пряную массу. По поводу лука есть некоторые вкусовые разночтения – многие не любят добавлять в орехи лук, так как

считают, что он плохо вписывается в общую концепцию и нежную консистенцию соуса.

Теперь пора подступать к птице. Берем, например, курицу… Впрочем, настоящая грузинка никогда не возьмет «просто курицу». В 90 % случаев это будет полненькая индюшка (не индюк!), а в 10 % – особо жирная и специально откормленная курочка. А мы берем все-таки курицу (какую купили) весом примерно на 1,5 кг, кидаем ее в кастрюлю, заливаем 2 литрами воды (лучше горячей), подсаливаем, ставим на сильный огонь и варим. По всем правилам – сначала доводим до кипения, снимаем жир (он может нам понадобиться для обжаривания лука в соус, если мы согласны с этой идеей), уменьшаем огонь и примерно часик ждем, не забывая время от времени жир все-таки снимать с поверхности. Специй и травок добавлять не надо, приберегите их для соуса.

Ну вот, теперь все готово к последнему аккорду. Готовую курицу вынимаем из кастрюли, перекладываем на большую тарелку, даем остыть. Бульон используем по назначению – для соуса, а курицу нарезаем на куски, удаляем все крупные кости, укладываем куски в миску и заливаем ее соусом (предпочтительно горячим) и перемешиваем.

В этом месте придется сделать дискуссионную паузу. Есть мнение, как кажется, весьма справедливое, что сначала отваренную курочку или индейку лучше целиком выложить на противень брюшком вниз, посолить, слегка полить бульоном, поставить в духовку и, время от времени поливая стекающим на противень соком и переворачивая, подрумянить со всех сторон. Затем все по знакомой схеме – нарезать, удалить кости, залить соусом и перемешать. Опять же, оставляем некий простор для ваших экспериментов – дерзайте! Существует даже такой вариант. Смело отделите мякоть от костей, пропустите ее через мясорубку и залейте куриный фарш соусом. Такое сациви напоминает изумительно приправленный нежнейший куриный паштет и поедается гостями с неимоверной скоростью.

Последний этап весьма прост. Посыпаем всю эту красоту крупно нарезанной свежей кинзой и отправляем в холодильник настаиваться и готовиться к трапезе. Стоп! Можно и иначе – куски курицы кладем в соус и еще минут пять-десять провариваем на маленьком огне, даем остыть и, опять же, ставим в холодильник (чем дольше стоит, тем вкуснее будет), а перед подачей сверху поливаем отжатым ореховым маслом…

Так или иначе, но у нас все-таки получилась замечательная холодная закуска, которую так любил вождь всех народов. Это и та самая закуска, которую с удовольствием наворачивают под

ледяную водочку в русских ресторанчиках Брайтон Бич, а американские кулинарные книги помещают исключительно в русский «холодный» раздел, называя загадочным словом «*Satsivi*».

Кстати, под этим замечательным соусом можно смело готовить сациви не только из индейки или курицы, но из рыбы (щука, судак, осетр и даже минтай вполне подойдут), говядины и даже баклажанов. Технология примерно такая же, только пряности придется немного подкорректировать. Сам соус можно использовать с горячей мамалыгой – на фоне пресного горячего гарнира холодное солоноватое сациви оттеняется очень эффектно. Не подавайте сациви сразу – оно должно настояться, но и не храните больше двух-трех дней – это скоропортящееся блюдо.

Вот такое оно многоликое, но неизменно вкусное сациви. Впрочем, удивляться тут нечему – в обобщающее название «грузинская кухня» входят кулинарные тонкости и особенности многих этнических групп, поэтому и рецепты, чей возраст не одна сотня лет, часто бывают противоречивы.

## Цыпленок «тапака»

Считается, что именно так нужно называть блюдо, не «табака», а «тапака» потому, что «тапа» – это грузинская сковорода. Молоденького потрошеного цыпленка (такого, чтобы съесть его было по силам одному человеку) разрезать посередине грудки, расплющить, сильно прижимая к столу кулаками, тщательно промыть холодной водой и обсушить бумажной салфеткой. Крылышки вывернуть так, чтобы они прилегали к спинке. Тушку слегка посолить и поперчить свежемолотым черным перцем с обеих сторон. Разогреть большую чугунную сковороду (без всякого покрытия!), растопить на ней большой кусок сливочного масла, уложить цыпленка сначала спинкой вниз, придавить специальной чугунной крышкой, а если ее нет – положить на цыпленка тарелку меньшего, чем сковорода, диаметра, и поставить сверху чугунную гирю, либо два старых утюга (специально для этой цели должны храниться на каждой прилично оборудованной кухне), либо, в крайнем случае, большую кастрюлю с водой (воду хорошо бы не пролить в сковороду). Жарить на сильном огне 5–7 мин, затем перевернуть спинкой вверх, снова придавить грузом и жарить еще столько же. При необходимости добавить сливочного масла.

Тем временем растолочь в ступке или выжать «давилкой» в чайную чашку два зубчика чеснока, добавить щепотку соли и сок от половины лимона, тщательно растереть и перемешать.

Готового цыпленка подавать немедленно, полив этим чесночным соусом. На гарнир – зеленый салат, зелень кинзы и помидоры.

# О блюдах из рыбы и морепродуктов

## Домашнее соление рыбы

Один из самых часто задаваемых слушателями нашей программы вопросов: как в домашних условиях засолить рыбу? Вначале о том, какую же рыбу есть смысл солить дома. Конечно, морскую, прежде всего: семгу, сельдь, скумбрию. Отдельно поставим пресноводную форель и сига, хотя форель бывает и морская.

Лучше солить филе рыбы, срезая его с хребта. Итак, у нас получаются два пласта филе. Мы их аккуратно укладываем кожицей вниз, мясом кверху в какую-нибудь латку и пока оставляем ненадолго для того, чтобы приготовить так называемый маринад. На рыбу весом в килограмм-полтора надо взять 4–5 ст. ложек соли. Лучше, если соль будет достаточно крупная: во всяком случае, не «экстра». К соли обязательно нужно добавить как минимум 1 ст. ложку сахара. (Скорее всего, что сахарная нотка «прилетела» к нам из Скандинавии, где вообще существует культ рыбы, но особенно культ соленой рыбы.)

Итак: соль и сахар. Если у вас будут по весу и объему иные рыбины, то важно помнить лишь о соотношении соли и сахара: на 4 части соли берем 1 часть сахара.

В солено-сахарную смесь добавляем крупно молотый белый перец, предпочтительно пользоваться именно им. По виду он – обычный перец горошком, но не черный, а очень-очень светлый. И если черный перец всегда сморщенный, то у белого, как правило, гладкая поверхность. Но аромат, конечно, в корне отличается от черного перца, он гораздо приятнее. А уж к рыбе сам бог велел использовать исключительно белый перец.

Перец надо крупно измельчить скалкой. Добавим к смеси соли и сахара хорошую, с горочкой, чайную ложку крупного белого перца. Затем добавить укроп. Его нужно мелко нашинковать, перетереть смесью соли, сахара, перца и так оставить. Неплохо положить немного шафрана. Шафран – очень дорогая специя, но с учетом того, что его кладут совсем немного, изредка можно себе позволить. И, пожалуй, самый, наверное, интересный ингредиент, в последнюю очередь добавляемый к готовой сухой смеси, – водка или хороший коньяк. «Огненной воды» нужно добавить столько, чтобы основа смеси превратилась в кашицу. И только теперь смесь готова для соления.

Мы щедро наносим кашицу на поверхность пластов филе,

которые лежат, напомним, кожей вниз в некой латке, где проходил процесс выдерживания рыбы. Части филе можно положить друг на друга мякотью к мякоти, кожицей наружу. Получается у нас как бы целая рыба, но только с удаленным позвоночником и без головы.

В таком виде достаточно подержать рыбу в холодильнике одну ночь, а еще лучше сутки. Потом, чтобы рыба не впитала в себя много соли, с поверхности филе ножом соскребается лишняя соль подчистую. Далее рыбу надо завернуть во влажное чистое кухонное полотенце и так ее и хранить.

Эта рыба настолько хороша, что ее можно есть просто с куском черного хлеба. У кого есть тостер, черный хлеб поджарьте в нем. У кого тостера нет, положите хлеб на горячую сковородку без жира, он покрывается тонкой корочкой и становится невероятно вкусным. Можно еще более разнообразить сопровождение такой рыбы. Очень хорош для этого свежий огурец в виде легкого неострого салата.

Ну и еще один вариант: черный хлеб, легкий салат из свежего огурца, рыба и легкий горчичный соус, его совершенно просто готовить.

Нужно взять обычную готовую горчицу и для смягчения ее остроты, улучшения аромата и вкуса слегка развести обычным растительным маслом с небольшой добавкой винного уксуса. Нужно сказать, что горчица хорошо держит эмульсию. То есть, если мы интенсивно размешаем добавленное растительное масло вместе с горчицей и уксусом, то смесь будет сохранять однородность. Легкий горчичный соус очень хорошо сочетается с рыбой.

Какие еще невоенные тайны можно выдать относительно домашней соленой красной рыбы? Пожалуй, следует сказать о том, как рационально и красиво нарезать ее.

Итак, у вас есть доска и хороший острый нож. Вы кладете на доску филе, кожей вниз, разумеется, и начинаете под углом срезать мякоть, доходя до кожи острием ножа, но по коже, когда вы дошли до нее лезвием, нужно скользить, то есть подрезать мякоть кожицы. Сейчас не принято нарезать соленую рыбу с кожей. Поэтому косые надрезы позволяют одновременно и нарезать рыбу, и удалять с нее кожу, что, согласитесь, немаловажно.

## Жарка рыбы

В этом разделе пойдет речь о способе жарки рыбы, который называется «а-ля меньер». Французский способ, он очень хорош.

Но требует определенной подготовки и сноровки! А мы с вами все-таки попробуем уже с первого раза успешно поджарить рыбу. Давайте будем говорить о рыбном филе. Представьте себе, что это, например, филе судака.

Для грядущего внешнего эффекта неплохо филе рыбы не очищать от кожи, а жарить вместе с ней. Но перед тем, как рыбу жарить, на коже надо сделать несколько надрезов так, чтобы только кожа была прорезана, но никак не мякоть, находящаяся под ней. Выполните два надреза наискосок с одного угла куска рыбы к другому и два надреза еще под углом. Это нужно для того, чтобы кожа не стягивалась сильно при обжаривании и кусок не деформировался, вместе с тем надрезы потом немного раскрываются, и на поверхности рыбы появляется очень своеобразный «рисунок».

Прежде чем жарить белую рыбу, нужно выдавить на нее немного лимонного сока – это не помешает. Но с рыбой, мякоть которой имеет красный цвет (семгой, форелью), этого делать не стоит: мякоть на поверхности от контакта с кислотой приобретает белесый налет, и мы потеряем цвет рыбы! А так – рыба лимонный сок любит, равно как и белое вино. Не только то вино, которым рыбу запивают, а вино, которое используется для приготовления рыбы. Поэтому также неплохо сбрызнуть рыбу белым вином. Но помните, используется для обрызгивания что-то одно: либо лимонный сок, либо сухое белое вино.

Кстати, о вине и рыбе. Говорят, что рыба презирает «третью воду». Давайте посчитаем: первая вода, в ней рыба водится (она ее не презирает); вторая вода та, в которой рыбу варят (здесь тоже в отношениях рыбы и воды все в порядке), а вот третью воду рыба уже презирает, поэтому рыбу надо запивать не водой, а белым сухим вином. Перед обжариванием, после того как рыбу сбрызнули лимонным соком или белым вином, ее нужно посыпать перцем с небольшим количеством соли.

*Внимание*: никакого черного молотого перца, только белый молотый перец!

Панировать в муке или не панировать? Вот в чем вопрос. В принципе, можно и так и этак. В зависимости от настроения и желания получить очень зажаренную корочку или не очень. Когда хотим получить румяную зажаренную корочку, панируем. Когда хотим, чтобы корочка не была слишком явной, но вместе с тем, она появилась, рыбу в муке не панируем.

Рыба, не будучи панированной, имеет обыкновение приставать к сковороде во время жарки. С этим можно бороться так: нужно перед жаркой всего лишь посыпать куски рыбного филе смесью соли и сахара, выдержать их так около часа, затем

промыть, обсушить и жарить. Попадание на поверхность рыбного филе соли и сахара приводит к некоторому обезвоживанию верхних слоев мякоти, и, таким образом, филе, оставаясь нежным внутри, на поверхности становится более плотным, что и предотвращает прилипание. Это важно и при жарке рыбы на решетке, часто кусок рыбы под тяжестью собственного веса проседает и во время жарки прилипает к решетке. Уплотнение внешнего слоя рыбного филе предотвратит проседание. Таким образом, выдерживание рыбы в смеси соли и сахара помогает решить проблему.

А что же делать, если рыба все-таки пристала к сковороде? Если это произошло, нужно уменьшить нагрев, налить немного белого вина в сковороду и накрыть ее крышкой. Вино начинает кипеть, и за счет выделения паров рыба слегка приподнимается. Жидкость попадает под нее, и рыба отмокает. Тогда, буквально через минуту, снимаем крышку и рыбу легко можно перевернуть.

Итак, жарим рыбу: сливочное масло нужно растопить в маленькой кастрюльке (или в керамической чашке, если пользуемся микроволновой печью). Нелишне дать немножко постоять растопленному маслу – в верхнем слое скопится чистый молочный жир, нужный нам для жарки, а внизу, в отстое, скопятся сыворотка и прочие примеси. Их можно позже использовать для приготовления какой-либо иной еды. Наливаем в сковороду растопленное сливочное масло (упомянутый выше верхний слой!). Когда масло нагрелось, выкладываем рыбу на сковороду. Обжариваем с обеих сторон, но в конце жарки, сделав сильный нагрев, обязательно кладем на сковороду еще кусочек нерастопленного сливочного масла. В этой ситуации нерастопленное сливочное масло начинает слегка подгорать. Но легкий ореховый запах пригоревшего масла и является изюминкой подобного способа обжаривания рыбы.

Когда масло стало коричневым, и видно, что пошел легкий дымок, этот дымок и одновременно температура масла «гасятся» выдавливанием лимонного сока прямо в сковороду, и тут же в нее кладут немного шинкованной зелени петрушки. Еще немного нагрева, и рыба готова. Рыбу выкладывакют на тарелку и обязательно сверху поливают со сковороды ароматным маслом вместе с зеленью и лимонным соком.

Ну, а гарнира лучше отварного картофеля к такой рыбе нет!

## Томленые кальмары

Рекомендуем способ приготовления (даже томления) кальмаров на водяной бане в… стеклянной банке. Кальмаров

обработать, промыть, нарезать полосками или как-то иначе, добавить шинкованный лук (примерно треть от веса обработанных кальмаров). Все смешать, сдобрить черным перцем и солью, уложить в стеклянную банку и поставить на водяную баню (так обычно пастеризуют всякие домашние консервы). Готовить долго при слабом кипении бани. Идея длительного приготовления кальмаров лежит на поверхности – ведь наша пищевая промышленность испокон веку выпускает кальмаров в железных банках. А очевидно, что кальмаров, как и мясо, например для тушенки, кладут в банку сырыми, закатывают, и эти самые банки подвергают весьма агрессивной и продолжительной тепловой обработке при повышенной температуре, потому что делают это в автоклавах под давлением. Это, как теперь понятно, равноценно длительной тепловой обработке. Почему водяная баня? Нагрев получается очень равномерный, и белок ведет себя лучше.

# О блюдах из картофеля

## Как правильно жарить картофель

Как ни странно, не все умеют правильно жарить картофель, хотя, кажется, дело не такое уж сложное. Блюдо у нас весьма популярное, так как готовится быстро и без особых хлопот, к тому же оно просто очень вкусное.

Но перейдем к делу. Уместно начать с некоторых полезных сведений, касающихся обработки сырого картофеля вообще, вне зависимости от цели последующего его использования: для жарки ли или для какого-то иного блюда. Уверены, эти советы не будут лишними.

Очень важное *правило*: перед очисткой картофель нужно всегда тщательно помыть, каким бы чистым он ни казался. Если мы начинаем чистить немытый картофель, то, вольно или невольно, на руках оседает грязь, и потом, когда грязными ладонями беремся за очищенные места, грязь так прочно втирается пальцами в мякоть картофеля, что очищенный клубень бывает уже трудно отмыть.

Чистить картофель удобно маленьким овощным ножом, но лучше «экономкой», так хозяйки называют специальные двусторонние ножи для чистки овощей. Они действительно очень тонко срезают кожуру. С одной стороны, это экономически более выгодно: меньше отходов; с другой стороны, чем ближе к кожуре, тем больше витаминов и полезных веществ сохраняется в картофеле, так что прозвище ножа вполне оправданно.

Итак, у нас есть «экономка», картофель вымыт и вымыты руки. Очищая картофель, мы обязательно кладем его в холодную воду, так как на воздухе он имеет обыкновение темнеть, что связано со сложными химическими процессами. Но вот картофель почищен. Теперь задача правильно его нарезать. Для жарки картофеля на сковороде, а не во фритюре, то есть в небольшом количестве масла, естественно, растительного, способ нарезки особого значения не имеет, лишь бы дольки не были слишком крупные. Крупные дольки принято жарить во фритюре, на сковородке они не могут дойти до готовности.

Скажем, нарезали мы картофель брусочками, ломтиками или еще каким-либо образом. Кстати, есть ряд нехитрых приемов, помогающих при резке облегчить работу и не поранить руки. Округлый картофель не очень устойчив на доске, поэтому мы отрезаем один его край, чтобы он стал плоским, и тогда он

надежно опирается на доску и можно спокойно приступать к нарезке.

Картофель нарезан, что делать далее? Сейчас мы выполним некие манипуляции, чтобы предотвратить слипание ломтиков. На поверхности кусочков картофеля выступает крахмал, который способствует слипанию. Чтобы устранить крахмал, картофель промываем в проточной холодной воде. После промывки картофель надо обязательно обсушить на кухонном полотенце. Для чего расстилаем чистое полотенце, вытряхиваем на него нарезанный картофель, а полотенце складываем конвертом. Затем даем ему немножко полежать в полотенце. Для этой процедуры существуют две причины.

Первая: удаляется лишняя влага. Когда мы будем забрасывать картофель в растительное масло, вода не будет попадать в масло с картофеля и брызгать во все стороны. Потому что нам только кажется, что это жир брызгает со сковороды. На самом деле причина разбрызгивания в воде. Именно капля воды, попадая в разогретый жир, мгновенно в нем вскипает. А так как она окружена масляной пленкой, то пар, взрывчато вырываясь из капсулы, естественно, захватывает мельчайшие частицы масла.

Следующая причина: если мы картофель не станем обсушивать, то холодная вода, попадая в горячее растительное масло, будет интенсивно охлаждать его, ведь вода-то холодная. Любой продукт, положенный на сковороду, если он не горячий, скажем, кусок сырого мяса, охлаждает ту поверхность, на которой он будет жариться, препятствуя образованию корочки. А именно она в данном случае на картофеле очень важна.

Таким образом, чтобы получить не бесформенную картофельную массу, а аппетитные подрумяненные ломтики, необходимо исключить резкое снижение температуры масла при забрасывании картофеля на сковороду. Тщательное удаление воды с поверхности ломтиков картофеля в конверте из полотенца позволяет снизить температурный перепад в масле и исключить разбрызгивание масла.

Подготовку картофеля мы закончили, остались горячие стадии приготовления. Как наиболее рационально организовать весь процесс жарки картофеля, чтобы он протекал быстрее? Когда мы кладем нарезанный картофель на кухонное полотенце, то целесообразно одновременно поставить сковороду на огонь или электрическую конфорку, налить туда рафинированное, то есть очищенное растительное масло, чтобы дно сковороды было покрыто слоем масла в 2–3 мм.

Картофель обсушивается в полотенце, масло греется на сковородке, на таком совмещении мы экономим несколько минут,

но, тем не менее, пренебрегать ими не надо. И вот видим появление первого дымка над маслом, что указывает: масло уже хорошо и достаточно разогрето. Наступает очень ответственный момент, можно сказать: барабанная дробь сейчас должна прозвучать где-то в пространстве! Если нам важно, чтобы на картофеле сразу начала образовываться корочка, то непосредственно перед тем, как забрасывать его на сковороду, необходимо резко увеличить нагрев под сковородой.

С газовой плитой все ясно, просто больше приоткрыли кран газа и тем самым увеличили нагрев. Как быть, когда у людей электроплита? Им придется потратить чуть больше электроэнергии, но выиграть в качестве. Нужно включить две конфорки: первую, где разогревается масло, на среднем нагреве; вторую конфорку – на максимуме. Либо мы увеличиваем подачу газа, либо мы передвигаем сковородку со средне нагретой конфорки на сильно разогретую. В обоих случаях возникает скачок температуры у масла.

И вот что происходит дальше. Мы тут же, через 10, примерно, секунд забрасываем в сковороду картофель. Масло быстро охлаждается, но благодаря тому, что оно прежде, до засыпки, получило резкое, скачком, повышение температуры, то его охлаждение будет менее ощутимым. Поэтому масло будет горячим, и картошка тут же начнет покрываться корочкой.

Через полминуты жарки на сильном огне, не перемешивая картофель, передвигаем сковороду на средний нагрев (в случае электроплиты) либо уменьшаем опять газ до исходного уровня на газовой плите. И лишь после этого можем аккуратно перемешать его. Причем лучше перемешивать не ложкой или деревянной лопаткой, а легким потряхиванием сковороды. При потряхивании картофель не будет деформироваться и ломаться. Дожариваем картофель до готовности на среднем нагреве. Он наверняка будет с корочкой и не превратится в кашу.

Вот как, оказывается, непросто поджарить самый банальный картофель! А в качестве постскриптума хотелось бы заметить, что картофель не солят во время жарки, это отрицательно сказывается на качестве продукта. Происходит явление, которое по-научному называется красивым словом «осмос». Хорошей иллюстрацией осмоса является варка варенья из ягод, а точнее, стадия их подготовки. Мы ведь обычно вначале засыпаем ягоды сахарным песком, чтобы они пустили сок, а уж потом ставим на огонь. На поверхности засыпанных песком ягод создается большая концентрация сахара, более высокая, чем концентрация сухих веществ в соке ягод. Поэтому сок из ягод вытекает, стремясь уменьшить концентрацию сахара на внешней

поверхности. Теперь, если перенести логику процесса на жарящийся картофель, то, по аналогии, нетрудно понять, что если солить картофель во время жарки, он будет терять сок, за счет которого ломтики будут слипаться.

## О картофельном пюре

Коль зашел разговор о приготовлении картофеля, нельзя умолчать о пюре. Рекомендация измельчать картофель деревянной толкушкой абсолютно верна. Известны, к примеру, случаи, когда хозяйки пытаются измельчить вареный картофель для пюре с помощью электрического блендера. Вот здесь как раз скрывается подвох. Но вначале уточним, что такое блендер. Это устройство либо похожее на кофемолку, либо некая «нога» с двусторонним ножом-пропеллером на конце. Устройство может решать разные задачи на кухне, но только не измельчение картофеля.

Вот что в этом случае происходит: нож блендера, вращаясь с дикой скоростью, разрушает набухшее крахмальное зерно вареного картофеля, и из него просто-напросто вытекает клейстер, пюре получается затянутым, клейким, не пышным и даже чуть синеватым.

Электрические устройства применять, конечно, можно, но это должен быть, например, миксер с лопастями. Они, будучи незаостренными, не разрушают крахмальное зерно, а всего лишь измельчают картофель и даже взбивают картофельное пюре, оно становится нежным и воздушным. Так что не ленитесь взбить пюре, даже вручную.

Несмотря на то что для приготовления пюре важна прежде всего его консистенция, нельзя не заметить, что для улучшения вкуса в пюре очень хорошо бы добавить немного молотого мускатного ореха. Рационально это делают так: в молоко, предназначенное для добавления в пюре, кладут масло и мускатный орех, все нагревают и вводят в картофель. Так работать со специями, в данном случае с мускатом, эффективнее, потому что ароматы специй имеют эфирную природу, а значит, хорошо растворяются в жирах. В данном случае аромат мускатного ореха переходит в жир сливочного масла и в жир молока, и при перемешивании с измельченным картофелем они эффективно «отдают» аромат картофелю.

И вряд ли стоит по технологическим соображениям добавлять сырое яйцо в пюре. Это уместно лишь тогда, когда вы собираетесь в дальнейшем пюре запекать.

# О блюдах из круп

## Каши

Вроде бы очень простая еда – каша, однако на практике у начинающих, как, впрочем, и у опытных хозяек часто возникают недоразумения. Прежде всего, речь идет, конечно же, о правильной консистенции. Напомним, что каши варят рассыпчатыми, вязкими и жидкими. Консистенция зависит от соотношения жидкости и конкретной крупы. Дело в том, что во всех крупах есть крахмал, который при варке набухает, поглощая воду. Содержание крахмала в крупах разное, поэтому количество жидкости для варки каши той или иной консистенции для каждой крупы индивидуально.

Чтобы сварить хорошую кашу, нужно выполнить несколько нехитрых операций: крупу перебрать; любую крупу (кроме манной и пшеничной) промыть в холодной воде. Только одну крупу моют в горячей воде – пшено, и вот почему: в каждом зернышке есть маленькое углубление, в нем скапливается масло, прогоркающее при хранении. Если его не вымыть оттуда, пшенная каша будет горькой.

В среднем для того, чтобы сварить кашу на семью из четырех человек, нужно взять 2 стакана крупы. Приведем количество жидкости, необходимое для варки каш разных по виду и консистенции. Сведем цифры в таблицу (на 2 стакана крупы).

| Каша | Рассыпчатая | Вязкая | Жидкая |
|---|---|---|---|
| Гречневая | 315 | 400 | — |
| Пшенная | 400 | 700 | 900 |
| Рисовая | 460 | 850 | 1300 |
| Перловая | 550 | 850 | — |
| Ячневая | 430 | 660 | — |
| Овсяная | — | 640 | 840 |
| Манная | — | 740 | 1150 |
| Пшеничная | 360 | 640 | 920 |

Любую крупу лучше опускать в кипящую подсоленную (или с добавлением сахара, если варят сладкую кашу) жидкость. Заметьте, не в воду, а именно – в жидкость. Молочные каши варят в смеси воды и молока, вернее, это может быть не явная смесь, а этапная. В качестве примера рассмотрим варку вязкой молочной

рисовой каши. Для начала два стакана риса промоем и опустим в 400 мл подсоленного кипятка. Будем варить до впитывания всей воды. Затем добавим 450 мл молока (всего нам необходимо 850 мл жидкости – *см. таблицу*), сахар, если нужно, и доведем кашу до готовности. Это очень важно вначале варить кашу на воде и только потом добавлять молоко. В воде каша лучше разваривается. В принципе, можно сварить кашу только на молоке, но велик риск пригорания, и нужно буквально не отходить от плиты. Каши для гарниров неплохо варить на курином бульоне (опять же, варка каши в небольшом количестве воды, затем добавление бульона и доведение каши до готовности). Для приготовления перловой или гречневой каши с грибами крупы стоит варить на грибном бульоне – это рационально, да и вкуснее.

Особо хотелось бы обратить внимание на нехитрые правила варки манной каши, но вначале приведем распространенный в кулинарной литературе штамп. Всякий автор кулинарной книги «варит» манную кашу так: нагревает молоко или его смесь с водой, добавляет сахар и соль, затем тонкой струйкой всыпает манную крупу при непрерывном помешивании. Со всем можно согласиться, кроме тонкой струйки. Давайте вспомним кое-что из детства, а именно пенку. Да, во время нагревания молока образуется пенка, поначалу даже невидимая. Тонкая струйка манки не может ее пробить, чтобы попасть вглубь молока. Перемешивание, конечно, пенку разрушает, но манка плохо смачивается молоком, ведь в нем есть жир, и, опять же, она с трудом проникает в молоко. Струйка манки должна быть толстой, чтобы сразу попасть вглубь молока! Но струйкой! Важно не всыпать манку в один прием. И совершенно не обязательно всыпать манную крупу в горячее (кипящее) молоко. Можно добавить ее в молоко холодное и при перемешивании спокойненько сварить. Манной каши обычно много не варят, поэтому стоять у кастрюли, перемешивая молоко с манкой, и дожидаться готовности приходится совсем недолго. При данном способе важно представлять себе, сколько манки нужно положить в холодное молоко, чтобы каша получилась желаемой консистенции.

## Про плов

Нам, разумеется, не удастся написать про плов так же, как замечательному писателю Владимиру Орлову. Написать так кратко, но вкусно и емко. В культовом романе «Альтист Данилов» буквально на первой минуте чтения появляется плов: «И вот

является на стол узбекский плов в огромной чаше, горячий, словно бы живой, рисинка от рисинки в нем отделились, мяса и жира в меру, черными капельками там и сям виднеется барбарис, доставленный из Ташкента, и головки чеснока, сочные и сохранившие аромат, выглядывают из желтоватых россыпей риса. А дух какой! Такой дух, что и в кишлаках под Самаркандом понимающие люди наверняка теперь стоят лицом к Москве». Собственно, на этом можно было бы закончить. Однако нужна ведь еще технология, о которой и пойдет речь.

Для плова, на самом деле, годится практически любой рис. Еще и потому, кстати, что плов – это особым образом приготовленный рис! Не более того! Сварили рис в воде – один способ приготовления плова. Сварили до полуготовности, затем довели под крышкой – уже другой способ. Если сварили рис в особой среде, которая называется *зирвак,* – это уже третий способ. И так до бесконечности, потому что способов приготовления риса много. Мы рассмотрим два вида плова – узбекский, из приведенной цитаты, и азербайджанский. Эти два плова принципиально отличаются друг от друга. Итак, начнем с узбекского.

Узбекский плов – блюдо, для приготовления которого многим людям нужно себя преодолеть. Главное, что вам нужно принять для себя – это весьма большое количество жира в рецепте. Известно ведь, что плов должен быть рассыпчатым, а рассыпчатость плову во многом придает именно жир – он не дает рисинкам слипаться. Поэтому можно запомнить первое (не в смысле значимости, а по порядку) правило: жира должно быть много, а именно – третья часть от взятого сухого риса. В идеале, конечно, должен быть бараний курдюк, однако вполне допустимо и растительное масло. Правило второе: моркови, риса и сырой бараньей мякоти – одинаковые количества, таким образом, неважно от чего брать треть жира – от риса, мяса или моркови. Также (из расчета на 1 кг риса) нам понадобится парочка луковиц, несколько головок чеснока, один-два жгучих перчика, зира.

Количество ингредиентов нам понятно, переходим к технологии. Вначале нужно сделать заготовки: нарезать соломкой морковь, нашинковать полукольцами лук, нарезать курдюк и мясо небольшими кубиками. Курдюк затем нужно медленно жарить, чтобы вытопить из него жир. Не стоит так уж серьезно относиться к использованию казана, можно спокойно приготовить плов в обычной кастрюле с хорошим «сэндвичным» дном. Итак, шкварки курдюка нужно удалить, оставив в казане вытопившийся жир. Кстати, шкварки эти, пока они еще теплые, принято есть с

шинкованным луком и лепешкой. Рюмка водки при этом приветствуется.

Затем в жире жарим лук. Вот здесь, читатель, надо сосредоточиться, чтобы усвоить одну важную вещь: когда вам для приготовления какого-либо блюда нужно соединять жареный лук и мясо, не стоит жарить все по отдельности, равно как не стоит начинать с обжарки мяса и добавлять к нему со временем лук уже для совместной обжарки. Всегда начинайте с лука, а потом к нему, уже весьма хорошо обжаренному, добавляйте мясо! Не бойтесь, что лук сгорит при этом – в посуду попадает ведь холодное мясо, и лук не сгорит. Такой способ хорош, потому что, когда мясо попадает на жарящийся лук, оно не теряет так много сока. Так вот, когда лук хорошо обжарен, под казаном уместно увеличить нагрев и добавить мясо. Сразу перемешивать не нужно, пусть мясо «схватится», а затем уже его можно изредка перемешивать. Когда оно обжарено, добавляйте морковь. Обжаривать ее нужно примерно 15 минут на нагреве выше среднего, перемешивая все содержимое. Затем стоит добавить часть зиры и воду так, чтобы ее уровень был выше содержимого на 1–1,5 см. Укладываем неочищенные головки чеснока и перчик. После закипания нужно убавить нагрев до минимума и тушить все, не накрывая крышкой, не менее 40 минут. В результате у нас получится зирвак, который, кстати, может быть приготовлен впрок и храниться несколько дней в холодильнике. К готовности зирвака рис должен быть уже хорошо промыт и откинут на дуршлаг. Рис нужно аккуратно выложить в казан, разровнять и аккуратно залить 1 л горячей воды. Если воду не отмерять, то уровень воды должен быть выше риса на 1,5–2 см. Теперь – максимальный нагрев до закипания, некоторое уменьшение нагрева и готовка до заметного исчезновения жидкости (ее впитывает рис, но она к тому же испаряется). Затем поверх риса насыпать еще немного зиры, после этого казан нужно накрыть крышкой, уменьшить нагрев до минимума и томить плов еще 15–20 минут. Плов готов! Раскопайте чеснок и перчик, удалите их, аккуратно перемешайте плов, выложите его на блюдо и наверх уложите чеснок и перчик. Есть можно просто так или с салатом из лука и чеснока.

**Теперь о плове азербайджанском**
**(Из воспоминаний Ильи Лазерсона)**

Я специально летал в Баку изучать это блюдо. Поэтому приведу весьма полный отчет о том, как это происходило. Готовясь к поездке, повторял про себя уже приведенную главную

идею любого плова. Плов – это особым образом приготовленный рис! В самолете одной из российских авиакомпаний, державшем курс на Баку, был выбор горячих блюд. Предложение звучало коротко: курица или рыба. Я выбрал курицу, которая, как оказалось, была с рисом. Блюдо было, кстати, весьма прилично приготовлено и, следуя приведенной ранее логике, это был плов с курицей. В моем сознании это было пловом еще 6 часов – именно столько времени оставалось до моего визита в обычную бакинскую семью, где мне предстояло присоединиться к таинству приготовления упомянутого яства.

Семья Бабаевых. Кухня. Почтенная Тамара Бабаева чинно восседает на диване, как на троне. Ее дочь Эльмира с подругой Тамеллой хозяйничают. Решаю для себя, что вопросы буду задавать всем присутствующим женщинам, но понимаю, что отвечать будет в основном Тамара, которая в силу возраста уже не готовит, но… командует (вспомнил свою бабушку Евгению Захаровну – типичный случай!). На подсобном столе – несколько глубоких мисок. В одной – замоченный длиннозерный рис, в другой – нарубленная небольшими кусками, явно молодая, баранина, в третьей – много очищенного лука, в следующей – неестественно большое количество крупно нарубленной зелени. Замечаю также растопленное сливочное масло, тонкий лаваш, баночку с шафраном. Давайте сфокусируем взгляд на первом объекте – миске с рисом. Рис для плова – обязательно длиннозерный. Используются местные сорта, несколько видов иранского риса, хорош также индийский басмати или тайский длиннозерный. Второй объект – баранина. В Азербайджане предпочитают ягнятину. Самым лучшим считается мясо от животных, выращенных в окрестностях города Шемах (Шамахы). Баранина уже нарублена небольшими кусочками. Лук. Тоже местный, самым лучшим считается говсанский. Зелень. Шпинат, кинза, укроп, *кявяр (джусай),* зеленый лук. Бордового базилика (рейхана) в подготовленной для плова смеси нет.

Начали. Баранину промыли, залили небольшим количеством холодной воды, поставили на большой огонь. Варим, удалили пену, уменьшили нагрев, добавили небольшую луковицу. Баранину можно предварительно обжарить. Рис отварили в большом количестве воды. Для этого опустили рис в кастрюлю с кипящей водой и обязательно помешали, чтобы рис не опустился на дно и не прилип. Нужно быть очень внимательным. Задача – сварить рис до полуготовности. В лексиконе бакинцев есть очень меткое выражение – «ловить рис». Ни рис, ни жидкость, в которой он варится, никуда не убегают. «Ловить рис» – это означает вытащить его в тот самый момент, когда верхний слой рисинки

уже мягкий, а сердцевина еще твердая. Далее кастрюлю надлежит снять с огня, вылить рис в мелкое сито и промыть холодной водой. Мы с Эльмирой успешно «ловим рис», докладываем Тамаре. Затем кастрюлю снимаем с огня, выливаем содержимое на мелкое сито и промываем холодной водой. Именно холодной, чтобы резко остановить процесс варки. Я для пущей важности несу Тамаре пару рисинок, она раздавливает их между пальцами и одобрительно кивает. Именно пальцы очень хорошо чувствуют степень готовности риса – внешняя часть зерна размазывается, а твердая сердцевина остается целой. Теперь – газмах. Это специальное ложе для риса, предотвращающее его прилипание и пригорание ко дну кастрюли в процессе дальнейшего приготовления плова. Газмах готовят из теста, тонко его раскатывая. Проще использовать готовый тонкий лаваш. Порой используют кружки картофеля. Или сам отваренный рис, смешивая его с гатыком (кисломолочный продукт) и яйцами и превращая его в лепешку. В нашем случае – лаваш. Вырезаем два круга, один из них режем на четыре сегмента и в кастрюле для плова обжариваем сегменты с большим количеством растопленного сливочного масла. Затем на обжаренные сегменты укладываем целый круг необжаренного лаваша. У нас получается двойная защита. На газмах выкладываем рис, сдабриваем его сливочным маслом и через полотенце накрываем кастрюлю крышкой. Небольшой огонь, и про рис на некоторое время можно забыть. Лук нарезали полукольцами и начали жарить, опять же, на сливочном масле так, чтобы он прогревался и колеровался равномерно. Иногда в сковороду можно плеснуть немного воды, она быстро испаряется, и лук после этого жарится более равномерно. Тем временем взяли небольшую щепотку шафрана и заварили его буквально двумя столовыми ложками кипятка. Когда баранина и лук готовы по отдельности, начинаем собирать «тара» – именно так называют мясную часть плова. На дно кастрюли укладываем часть готовой баранины без бульона, затем жареный лук и поверх – много, очень много зелени. Продолжаем чередовать: баранина, лук, зелень. Доливаем бульон от варки баранины, накрываем крышкой и тушим минут двадцать. Вначале тушения можно добавить *шуршу* (пюре из алычи) или *абгора* (сброженный сок незрелого винограда). Когда рис приготовился, часть его перемешиваем с настойкой шафрана, при этом он окрашивается в приятный желтый цвет. Белый рис выкладываем на блюдо, поверх уложили желтый и куски газмаха. «Гора» подаем отдельно. И свежую зелень тоже.

Вообще говоря, в Азербайджане до приема основной пищи пьют чай, в основном, черный байховый. Издавна сложилась в

Азербайджане традиция: сразу по приходу гостей подавать им чай. Преимущество этой традиции заключается в том, что чаепитие в многолюдных застольных компаниях располагает к непринужденному общению. Чай в Азербайджане – символ радушного гостеприимства. Понятное дело, упомянутую чайную церемонию я пропустил, в ней принимали участие нормальные мужчины, которые в этот момент находились в доме. Я же был вместе с женщинами на кухне, которые, как выяснилось, преимущественно и готовят плов в семьях. Но мужчиной я все же себя почувствовал. За столом. Поначалу говорить мне было трудно – это был верный признак того, что плов удался. Заговорил я только после третьей тарелки плова. Ели по правилам – в тарелку накладывали рис и тара, при этом не смешивая. Если за точку отсчета принять мясную часть плова, то ее заедают рисом. Рис порой едят руками, причем щепотка риса как бы подкручивается пальцами, чтобы пальцы эффективнее контактировали с рисом – так будет вкуснее. В этом случае мясную часть едят с помощью тонкого лаваша. Мы в качестве столового прибора использовали ложку.

Когда я уже смог разговаривать, просто засыпал мужчин вопросами. Они оказались на высоте – их теоретическая подготовка показалась мне блестящей. Я узнал, что видов азербайджанского плова очень много. Они, было, принялись называть цифры, но поняли, что точное количество пловов определить невозможно. Первое, что было конкретизировано, – само название нашего плова. Это был сябзи каурма. Рис не всегда подают в чистом виде. Если его смешать с приготовленной фасолью, получится лоби-плов. Чечевица в паре с рисом – мэрджи-плов. Укроп и рис – шуют (шуйуд) – плов. Лапша и рис – аришта-плов. В зависимости от тара (напомню, это то, что не рис и с ним не смешано, а подается отдельно) плов может называться: синджан по-ленкорански (тушенная с луком и орехами курица); синджан по-бакински (тушеные шарики из мясного фарша), сюдлу-плов (молочный плов, подают часто с тушеной вяленой рыбой); ширин-плов (со сладкими сухофруктами).

Плов, несомненно, блюдо праздничное. Даже если гости собираются без повода, то сам их приход – праздник. Значит – плов! Мой хороший друг как-то рассказал, что плов, в зависимости от того, насколько он удался, это хороший показатель качества компании, для которой он готовится. Если пояснить подробнее, то если вы готовите плов для группы людей, собирающихся в вашем доме, и среди гостей будет новый, незнакомый человек, то плов покажет, каков он, этот человек. Если плов удался, нет повода опасаться. Но если плов, по-вашему,

имеет пусть только вам известные изъяны, нужно быть начеку, возможно, это не ваш человек. Вероятно, выражение «плов не обманет» как раз об этом. Следуя приведенной логике, мне пока переживать нет повода.

# О видах теста и способах его приготовления

## Не бойтесь работать с тестом!

Люди боятся работать с тестом, но любят есть изделия из него. Попробуем избавиться от этой «тесто-фобии». Видов теста существует очень много, но есть две основные группы: кислое тесто и пресное. Кислое – это то, которое бродит, в домашних условиях его готовят на дрожжах. Пресное – без дрожжей. Вначале рассмотрим дрожжевое тесто. Разделим его на три группы – тесто для хлеба, пирогов и пирожков; тесто для оладий и тесто для блинов.

## Дрожжевое тесто для хлеба пирогов, пирожков

Почему оно называется дрожжевым? Для чего нужны дрожжи? Все очень просто: дрожжи разрыхляют тесто, и изделия из него получаются мягкими и пористыми. Такое тесто должно какое-то время побродить, то есть дрожжи должны поработать: они преобразуют углеводы самой муки и вносимый в тесто сахар в спирт и углекислый газ, последний и является разрыхлителем теста. Тесто, замешанное на воде с добавлением дрожжей, будет бродить, потому что крахмал (его в муке достаточно много) отчасти превращается в сахары, а те и перерабатывают дрожжи. Именно так делают обычный хлеб – мука, дрожжи, соль, вода.

Дрожжевое тесто можно готовить опарным и безопарным способами. Опарный способ не то чтобы сложнее, просто тесто готовят в два этапа, поэтому можно сказать, что он несколько длительнее. Почему же все-таки тесто готовят двумя способами?

Здесь все не очень сложно, но, прежде чем говорить о том или ином способе приготовления теста, рассмотрим в принципе знакомый всем термин «сдоба». Для того чтобы тесто было вкуснее, богаче что ли, в него добавляют сдобящие компоненты – жир (сливочное масло, маргарины, растительное масло и пр.), яйца и сахар. Чем больше доля таких добавок, тем труднее дрожжам работать в таком тесте. В этом случае дрожжи нужно «разогнать», заставить их работать более эффективно, «натренировать» их. Для этого и существует опара. Тесто замешивают в два приема – сначала из муки и воды с дрожжами готовят полужидкое тесто – опару. Обычно для приготовления опары берут треть муки от планируемого к использованию

количества, примерно такое же по весу количество жидкости – воды или молока, все дрожжи. Все это смешивают, получается негустое тесто. Его ставят в теплое место для брожения, во время которого опара сильно увеличивается в объеме. Процесс может занять от 2 до 3 ч.

Затем в опару добавляют оставшуюся жидкость, сахар, соль, яйца. Замешивают тесто, добавляют растопленное сливочное масло или маргарин и вымешивают до тех пор, пока масло не соединится с тестом. Процесс замеса идет в емкости (большая эмалированная или пластмассовая миска) вплоть до вмешивания масла, затем тесто нужно перенести на плоскую поверхность (непосредственно стол, большую деревянную доску) и, подсыпая муку, вымешивать двумя руками. Весь процесс приготовления (любого, кстати, теста) можно доверить миксеру, желательно такому, чей механизм может обеспечить планетарное движение смешивающей лопасти: она вращается по кругу и вокруг своей оси одновременно. Сегодня такие бытовые машины существуют. Замешанное опарное тесто должно бродить в теплом месте не менее полутора часов, затем его нужно обмять и снова дать подойти. После этого с тестом можно работать – формовать из него изделия.

Безопарное тесто готовят в один прием, то есть сразу смешивают все продукты. Стоит только предварительно развести в теплой жидкости дрожжи, соль и сахар, затем добавить яйца (если они входят в рецептуру) и муку. Правила замеса такие же, как для опарного теста. Тесто ставят для брожения в теплое место, обминают один раз через полтора-два часа, снова дают подойти и используют.

Теперь о том, как лучше запомнить соотношения ингредиентов. Нужно представлять себе следующее: все ингредиенты следует соотносить с количеством муки, которое будет использовано для приготовления теста.

Дрожжи. Обычно берут от 2 до 5 % (от веса муки!) дрожжей, в данном случае речь идет о СВЕЖИХ дрожжах. Лучше всего брать 3 %. Это значит, что если мы станем готовить тесто из 1 кг муки, то возьмем 30 г дрожжей. Если в тесте будет много сдобы, количество дрожжей увеличим в полтора раза. Если предположить использование СУХИХ дрожжей, то обычно берут от 1 до 1,5 % таких дрожжей. Обычно на упаковках сухих дрожжей есть рекомендация. Производители сухих дрожжей чаще всего для бытового использования упаковывают продукт в пакетики весом 10 или 11 г, это как раз на 1 кг муки.

Вода (молоко). Жидкости берут примерно в 2,5 раза меньше, чем муки. То есть на 1 кг муки – 400 мл воды.

Это, конечно, примерно. Многое зависит от качества муки. Такое соотношение муки и жидкости верно для того случая, когда используется немного яиц (ведь в яйцах много влаги!) и сливочного масла. На 1 кг муки: Яиц – примерно 2 шт. Масло – примерно 50 г. Вода – ⅖ от веса муки. Сахар 3 ст. ложки (75 г). Запомните, что в 1 ст. ложке сахара примерно 25 г. Соль – 1 ч. ложка (10 г). Именно столько соли в чайной ложке.

Только что замешанное безопарное тесто по консистенции напоминает плотность мочки уха. Помните (с ударением на второй слог!) пальцами мочку своего уха – именно такая консистенция должна быть у только что приготовленного, но не выбродившего дрожжевого теста.

Какова же техника смешивания? Вспомните, как рекомендуют замешивать тесто кулинарные книги: «Муку выложите горкой, сделайте наверху углубление и последовательно вливайте в него разведенные в теплой воде дрожжи, теплое молоко, яйца…». Это правило переходит уже столетиями из книги в книгу. Заметьте, суть в том, что рекомендуется в сухую часть вливать жидкость, а не закладывать сухую часть в жидкость. В чем разница? Давайте представим себе, что «выложили горку…» и т. д. В общем, влили в горку жидкую часть и начали месить тесто. Месим, месим, мнем мочку уха и чувствуем, что очень плотное тесто получилось. Как быть? Вольем воды, но тесто теперь так просто воду не возьмет, оно на поверхности станет липким и будет приставать к стенкам миски или к столу. Тогда нужно подсыпать муку! Но ведь нам тесто нужно делать более влажным, мы воду льем, а вынуждены подсыпать муку! При такой технологии замеса тесто часто получается более плотным, и его практически невозможно исправить (напомним, что количество воды, «принимаемой» тестом, зависит от качества муки, в частности, от количества в ней клейковины, в общем, белков – чем больше клейковины, тем «сильнее» мука, и тем больше воды она может принять). В таком случае, не лучше ли сознательно делать тесто изначально более жидким и понемногу (!!!) добавлять в него муку до тех пор, пока мы не достигнем нужной консистенции? Следовательно, логичнее подготовить всю жидкую часть (вода с растворенными в ней дрожжами, сахаром, солью, яйцами) и постепенно при перемешивании ввести поначалу чуть меньшее количество муки, посмотреть на результат и понемногу добавить муки, если нужно. Чувствуете разницу? Так что забудьте про «горку»! При этом, конечно, читатель, не стоит забрать кулинарные книги «с горкой» на дачу и сжечь их в печи.

Итак, мы рассмотрели усредненное дрожжевое тесто. Если

говорить о сдобном тесте, то смело увеличьте: на 1 кг муки количество свежих дрожжей до 45 г (сухих до 15 г), яиц до 5 шт., сахара до 100 г, масла или маргарина до 125 г (не бойтесь этой цифры, часто ведь масло фасуют по 250 г, так что это ровно половина такой пачки), жидкости меньше – всего лишь 300 мл, а вот соли оставьте столько же.

Нужно понимать, что когда мы формуем тесто в изделия (пироги, пирожки и т. д.), мы подвергаем его сильной механической обработке – раскатываем, защипываем и пр. При этом из него выходит углекислый газ, выработанный дрожжами. Этого не избежать, но уже сформованному тесту нужно дать возможность вновь накопить углекислый газ. Для чего сформованные пироги и пирожки подвергают перед выпечкой расстойке, то есть выдерживают в тепле, чтобы они «подошли», увеличились в объеме. Поступают так – выкладывают сформованные пирожки (пироги) на смазанный маслом противень и помещают его в теплое место. Если этого не сделать, то, попав в горячую духовку (а изделия из любого теста следует всегда помещать в разогретую духовку), тесто начинает прогреваться, дрожжи начинают работать невероятно интенсивно, тесто очень быстро поднимается, но в то же время корочка-то на поверхности подсыхает, а изнутри тесто растет, в результате чего корочка разрывается, и изделия теряют товарный вид. Возможна и другая крайность – если сформованные изделия очень долго выдерживать в тепле, они могут подниматься, а потом возьмут и опадут. Это связано с тем, что у отечественной муки далеко не всегда хорошая клейковина, мука нередко «слабая». Поэтому затягивать процесс расстойки не стоит.

## Дрожжевое тесто для оладий

Оладьи, для тех, кто не знает, – это толстые блины, выпекаемые на сковороде, размером обычно с чайное блюдце или чуть меньше. Едят их, как правило, со сметаной, с вареньем, медом, в общем, с чем-то сладким. В тесто для оладий много сдобы не кладут, поэтому его готовят безопарным способом. Относительно соотношения муки и жидкости стоит запомнить одно: муки в 2 раза больше, чем воды. Сахар можно класть по вкусу, в среднем 1–2 ст. ложки на 1 кг муки, яиц – 1–2 шт., свежих дрожжей 30 г (10 г сухих). Особо стоит сказать про соль – ее кладут ощутимо больше, чем в ранее описанные виды теста, в оладьях важен особый баланс соли и сахара, поэтому на 1 кг муки стоит положить не менее полутора чайных ложек соли. Тесто должно выбродить часа полтора, после этого нужно уже печь

оладьи.

## Тесто для блинов и блинчиков

Тесто для блинов должно быть ощутимо жиже, чем для оладий. Количество жидкости по отношению к муке определяется коэффициентом 1,7, то есть на 1 кг муки берут 1,7 л жидкости. Можно подойти иначе – зная, что в стакан объемом 250 мл входит примерно 150 г муки или 250 г воды (молока), можно, разделив 250 на 150, получить примерно 1,7. Понятно, к чему это? А к тому, что можно запомнить соотношение муки и жидкости для блинов иначе: взять ОДИНАКОВЫЕ количества жидкости и муки ПО ОБЪЕМА то есть на каждый стакан муки стакан жидкости. Сахара и яиц, возвращаясь к килограмму муки, – как для оладий. В тесто для блинов добавляют растопленное масло из расчета 50-100 г на 1 кг муки, тесто получается более сдобным, поэтому количество дрожжей должно быть большим, чем для оладий, – примерно 45 г. Тесто для блинов должно бродить дольше, чем тесто для оладий, поэтому, когда тесто выбродило в течение 1–1,5 ч, его перемешивают и снова оставляют для брожения еще на 45 мин, и только после этого можно печь блины (заметьте – печь, а не жарить, потому что исторически блины пекли в русской печи, и теперь, несмотря на использование сковороды, принято говорить так же).

Нельзя не сказать о гречневых блинах. Многие книги рекомендуют просто взять гречневую муку, делать на ее основе тесто (как будто бы это пшеничная мука) и печь блины. Авторам таких книг можно доверить только одну кухонную операцию – мыть посуду, но ни в коем случае нельзя допускать их к продуктам. Уж если использовать гречневую муку, то только в смеси с пшеничной (примерно 1: 1) с обязательным завариванием гречневой муки кипятком. Если этого не сделать, блины будут «резиновыми», и вкуса гречи в готовых блинах вы не ощутите. Но самые удачные гречневые блины получаются при использовании остывшей гречневой каши-размазни (лучше из гречневого продела). Для приготовления теста нужно смешать одинаковые объемы такой гречневой каши и молока и на каждый литр полученной смеси добавить 4 яйца, полстакана сахара, 100 г растопленного сливочного масла, 20 г сухих дрожжей, а муки насыпать столько, чтобы тесто получилось по консистенции, как густая сметана. Затем – брожение теста и выпечка блинов.

О блинчиках разговор отдельный. Это не просто уменьшительно-ласкательный термин профессионалов. Блинчики отличаются от блинов тем, что они очень тонкие. Чаще всего их

готовят из бездрожжевого теста, и оно должно быть достаточно жидким. Благодаря особенностям консистенции блинчиков их часто фаршируют – они ведь тонкие, и в них удобно что-либо заворачивать. Для того чтобы испечь действительно тонкие блинчики, не нужно ничего особенного, важно только найти правильную консистенцию теста.

Пришла пора рассмотреть виды пресного теста.

## Пресное тесто для пирожков и пирогов

Такое тесто готовят из муки, сливочного масла или маргарина, сметаны, яиц, сахара, соли и воды. Заметьте – ни дрожжей, ни соды. Основные ингредиенты – мука и масло, их соотношение таково – масла в 4 раза меньше, чем муки. К маслу нужен особый подход: перед приготовлением теста его нужно нарезать на небольшие фрагменты и размять мокрой скалкой. Оно при этом должно оставаться достаточно холодным, в противном случае тесто получится жирным на ощупь. Сметаны – в 2 раза меньше, чем масла. На 1 кг муки: Яиц – 4–5 шт. Сахар – ½ стакана. Соль – 1 ч. ложка. Сметана – 125 г. Масло – 250 г. Вода – столько же, сколько масла.

Тесто нужно приготовить быстро (его нельзя долго месить, в противном случае тесто получается «затянутым», изделия из такого теста недостаточно рассыпчатые), желательно в миксере – вначале смешать муку и масло, затем добавить все оставшиеся ингредиенты. Перед использованием тесто стоит выдержать в холодильнике не менее 1 ч – охлажденное тесто легче раскатывается, не прилипая к столу. Рекомендуемая температура выпечки – 180 °С.

## Песочное тесто

Отечественная мука, будучи «слабой», очень хорошо подходит для приготовления песочного теста. Суть этого теста хорошо отражена в его названии – изделия из него, при соблюдении ряда правил, получаются рассыпчатыми. Соотношения ингредиентов относительно муки могут быть такими:

*Вариант 1.* Соотношение муки и сливочного масла 1:1, яйца не добавляют, сахара – в 4 раза меньше, чем масла. Такое тесто применяют для мелкой выпечки, тортов и пирогов.

*Вариант 2.* Соотношение муки и сливочного масла 3: 2, на каждые 250 г муки кладут 1 яйцо, сахара – столько же, сколько масла. Это тесто применяют в основном для выпечки и пирогов.

*Вариант 3.* Соотношение муки и сливочного масла *2:* 1, на каждые 250 г муки кладут 1 яйцо, сахара – столько же, сколько масла. Подобное тесто применяют в основном для мелкой выпечки.

В каждом варианте предусмотрена соль, совсем немного – 1 ч. ложка на 1 кг муки. Разрыхлитель в песочное тесто в принципе можно не добавлять, так как в масле всегда есть вода, при выпечке она испаряется и разрыхляет тесто. Но для гарантии успеха все же лучше положить разрыхлитель в количестве 1 ч. ложка на ¾ кг муки. Техника замеса такова: быстро смешать кусочки не очень холодного масла с сахаром и солью, добавить яйца и муку, смешанную с разрыхлителем. Это тесто нельзя долго месить – его «песочность» будет плохой. Следует обратить внимание на один принципиальный момент: большинство кулинарных книг рекомендуют масло не смешать с сахаром, а (внимание!) РАСТЕРЕТЬ с ним. Чувствуете разницу? За это авторов тех книг можно было бы на всю их жизнь лишить сладкого! Здесь – грубейшая ошибка, потому что нерастертые кристаллы сахара во многом и определяют «песочность» теста. Аналогична ситуация с разрыхлителем (пищевой содой): многие источники рекомендуют соду гасить кислотой. В данном случае не будем так жестоки по отношению к людям, воспроизводящим эту рекомендацию, заметим лишь, что все-таки лучше избегать контакта соды с кислотой вне теста. Сода при выпечке изделий начинает хорошо «работать», не будучи предварительно погашенной, и делает это эффективнее гашеной.

В песочное тесто по возможности стоит добавить тертую лимонную или апельсиновую цедру – это никогда не помешает.

Перед использованием тесто нужно охладить аналогично предыдущему. Большие разночтения встречаются в рекомендованной температуре выпечки изделий из песочного теста. Температура духовки должна быть не ниже 200 °С, в идеале – 220 °С.

## Заварное тесто

Особенность этого теста в том, что при выпечке изделий из него внутри образуется полость, чем мы удачно пользуемся, наполняя ее через шприц кремом, получая в итоге любимые эклеры. В описании соотношения ингредиентов обратимся к следующей методике запоминания соотношений.

Итак: стакан – стакан – полпачки – четыре. Все просто: стакан воды, стакан муки, полпачки (125 г) сливочного масла, 4 яйца, ½ ч. ложки соли. Нетрудно запомнить, не правда ли?

Техника приготовления такова: в кастрюлю с водой положить масло и соль, довести до кипения, всыпать муку и, не снимая с нагрева, интенсивно мешать до тех пор, пока тесто не перестанет отставать от стенок кастрюли и не превратится в ком. Затем тесто нужно немного остудить и по одному ввести яйца. Если для вмешивания яиц вы используете миксер, то можно добавить яйца все сразу, а если вы перемешиваете руками, то лучше добавлять по одному – так удобнее и проще. Это разумно еще и потому, что часто из-за свойств муки и величины яиц, кстати, последнее яйцо добавлять не нужно – здесь критерием выступает консистенция теста. Она должна напоминать густую сметану. Это сравнение весьма расплывчато, но более удачное пока не родилось. Можно сделать тест – чайной ложкой выложить немного теста на тарелку: оно не должно растекаться, но и не должно быть слишком плотным. Так что с добавлением четвертого яйца нужно быть аккуратным. Еще один аргумент против использования миксера для вмешивания яиц – перспектива «затянуть» тесто, то есть слишком интенсивно его перемешать (мотор ведь работает, а не мы сами), что плохо влияет на способность теста хорошо подходить во время выпечки.

| Ингредиент | По объему |
|---|---|
| Мука | 1 стакан |
| Вода | 1 стакан |
| Масло | $^1/_2$ пачки (125 г) |
| Яйца | Не менее 3 шт. |
| Соль | $^1/_2$ ч. ложки |

Тесто отсаживают из кондитерского мешка, если готовят эклеры, на смазанный маслом противень или выкладывают ложкой фрагментами величиной с лесной орех, если готовят профитроли, или более крупными, если готовят небольшие изделия с кремом или недесертными начинками (сыр, паштет и пр.). Лист не стоит обильно смазывать маслом – излишний жир способствует образованию трещин на нижней корке. Изделия средней величины выпекают 30–35 мин при температуре 200–220 ˚С, причем в последние 5-10 мин температуру стоит снизить до 150 ˚С, чтобы изделия подсохли.

## Слоеное тесто

Мука для приготовления слоеного теста должна быть «сильной», но даже если она «слабовата», как отечественная,

отчаиваться не стоит – добавляем в определенном количестве в такое тесто соль. Она благоприятно влияет на его клейковину. Также благоприятно влияет добавляемая при замесе теста кислота – она добавляется всегда, какой бы «сильной» мука ни была. Сливочное масло, используемое для слоения, принято смешивать с небольшим количеством муки – это делают для того, чтобы масло стало более пластичным и клейким.

Соотношение ингредиентов: на 1 кг муки 600 г масла, 2 яйца, 1,5 г лимонной кислоты (¼ ч. ложки), 10 г (1 ч. ложка) соли, до 450 мл воды. Из указанного 1 кг муки 100 г нужно взять для смешивания с маслом и 50 г оставить на подпыл при раскатывании теста. Стоит заметить, что указанное соотношение муки и масла (10:6) является весьма экономичным и может быть увеличено в пользу масла вплоть до 1: 1. Будет ли от этого готовый продукт лучше – можно проверить на практике, дерзайте!

Техника замеса слоеного теста: соль и кислоту растворить в холодной воде, добавить яйца и постепенно замешивать тесто, добавляя муку. После замеса тесто нужно оставить на столе для набухания клейковины. Тем временем смешать масло с предназначенной для этого мукой. Маслу с мукой придать форму прямоугольника. Готовое тесто раскатать в виде прямоугольника большего размера, чем масло, причем края пласта теста должны быть тоньше, чем середина. На середину теста выложить масло и завернуть в виде конверта, стыки защипать (именно поэтому края теста и раскатывают тоньше, чтобы, оказавшись в середине при заворачивании теста конвертом и при защипывании, они не дали неравномерной толщины пласта). Затем тесто нужно медленно и плавно, чтобы не прорвать его, раскатать скалкой во все стороны до толщины пласта в 1 см, причем края, опять же, должны быть чуть тоньше.

После этого смести муку, которой подсыпали тесто при раскатывании, и сложить его вчетверо так, чтобы противоположные края сходились не по середине пласта, а были чуть смещены. Тесто нужно немного охладить, но не сильно, иначе масло может так затвердеть, что при дальнейшей раскатке будет крошиться и разрывать слои теста. Тесто раскатать, опять сложить вчетверо и охладить, затем раскатать, сложить теперь втрое, охладить, раскатать и опять сложить втрое. Таким образом, получается 144 слоя масла (когда тесто сложили конвертом был один слой масла, затем их стало 4, затем 16, затем 48 и, наконец, 144). Это оптимальное количество слоев масла – при меньшем количестве слоев оно при выпечке может частично вытечь, и изделия будут жесткими, а при большем количестве слоев перегородки из теста прорываются, поэтому тесто плохо

поднимается при выпечке. Выпекать изделия из слоеного теста нужно при температуре не ниже 220 °С.

## Бисквитное тесто

Бисквитное тесто весьма капризное, но попробуем все же противостоять его капризности. Формально – приготовление теста весьма несложное. Растереть с сахаром желтки, взбить белки, все аккуратно смешать с мукой. Собственно, вот и всё. Никаких пассов, молитв и заклинаний! Вначале рассмотрим соотношение ингредиентов, а затем поговорим о коварстве бисквитного теста.

Можно выделить несколько вариантов приготовления бисквитного теста:

*Вариант 1.* На каждые 40 г муки 40 г сахара и 1 яйцо.

*Вариант 2.* Как предыдущий вариант, но добавляется 1 ст. ложка воды.

*Вариант 3.* На каждые 30 г муки 30 г сахара и 1 яйцо.

Крайне важно, чтобы яйца были очень свежими – они лучше удерживают воздух, поскольку и желтки при растирании с сахаром, и белки при взбивании насыщаются именно воздухом. (Пришлось немного забежать вперед.)

Итак, техника приготовления бисквита. Белки следует отделить от желтков, при этом нужно следить, чтобы в белке не остались даже фрагменты желтка, что связано с жирностью желтка, в нем содержится достаточно много жира (до 25 %), он отрицательно влияет на способность белков к взбиванию. По тем же соображениям стоит убедиться в том, что посуда, в которой вы будете взбивать белки, была тщательно обезжирена.

Для приготовления 1-го или 3-го вариантов теста сначала нужно взбить желтки с сахаром. Объем при этом должен существенно увеличиться. Затем взбить белки со щепоткой соли или несколькими каплями лимонного сока в густую пену (можно просто натереть стенки емкости, в которой вы будете взбивать белки, разрезанным лимоном). Кислота или соль способствуют лучшей коагуляции белка, с ними белок легче взбивается и не так интенсивно оседает.

Очень важно знать некоторые тонкости, правильно управлять миксером и вовремя закончить взбивание белков. С белками шутки плохи – вот она, капризность, где начинает проявляться.

Миска для взбивания белков должна быть большой не только потому, что они при взбивании увеличиваются в объеме в 7–8 раз, но и для свободной циркуляции воздуха вокруг белков.

Миксер вначале нужно включить на малую скорость и

взбивать около 2 мин, пока не получится субстанция с крупными пузырями. После этого стоит увеличить скорость миксера до средней и взбивать еще минуту, затем включить самую высокую скорость и взбивать до необходимой кондиции (она определяется так: если поднять венчик или лопасть миксера, то белок будет хорошо держаться).

Однако хорошо держаться белок будет, если его взбивать и дольше, чем нужно. Но это нежелательно, потому что пузырьки воздуха будут отделены друг от друга очень тонкими перегородками, в результате чего пузырьки при выпечке бисквита будут лопаться, и бисквит «сядет».

Затем аккуратно смешивают белки, желтки и муку – вот на этом этапе только руками, хорошо бы деревянной ложкой. Миксером нельзя, так как, работая даже на самых малых оборотах, он слишком интенсивно перемешивает, и при этом потеряется воздушность теста.

Смешивать лучше всего так: на желтки выложить белки, посыпать мукой, желательно через сито – тогда мука равномернее распределится по белку, да и будет просеянной лишний раз. Только после этого можно снизу вверх перемешивать тесто. Именно так. Если это делать посредством обычных круговых движений, то, опять же, воздушность потеряем. Когда тесто готово, его нужно сразу же ставить в духовку. Очень важно, чтобы к моменту готовности теста она была разогрета.

Для приготовления 2-го варианта теста сначала нужно взбить желтки с теплой водой и сахаром, а затем поступать аналогично вариантам 1 и 3.

## Воздушное тесто [меренга]

Было бы неправильно умолчать о воздушном тесте, о наших любимых пирожных под названием «безе». Сложилось странное мнение, что приготовление безе – это удел профессиональных кондитеров, недаром ведь такие пирожные одни из самых покупаемых. А зря, сложного ничего здесь нет. После следующих разъяснений вы сможете готовить безе так же просто, как вы жарите… нет, не омлет – это не так-то просто! А сосиски!

Меренга – это всего лишь взбитые с невероятным количеством сахара белки. Самое малокомпонентное тесто – их (компонентов) всего лишь два. А вы боитесь!

Запомнить соотношение ингредиентов несложно. Возможны две методики: на каждый белок яйца – 60 г сахара или же на каждые 4 белка чуть больше стакана сахара. Вначале совсем немного взбивают белки в соответствии с правилами,

приведенными в предыдущем разделе. Когда образовались крупные пузыри можно начинать постепенно (при взбивании, конечно) добавлять сахар. Постепенно! Это значит, что примерно по 1 ст. ложке. В итоге вы получите пышную, густую, белую, блестящую массу. В нее можно добавить крупно дробленные обжаренные орехи, прежде всего арахис (будем в данном случае считать, что арахис – это тоже орех, а не бобовая культура). Миндаль можно добавить в виде лепестков. Если не орехи, то кокосовую стружку. Количество орехов или стружки может быть любым, ориентироваться нужно по количеству сахара, использованного при взбивании белков – от половины его количества (по объему) до равного ему

Эту массу отсаживают из кондитерского мешка в виде небольших лепешек (для пирожных), коржей для тортов, совсем маленьких меренг. Все эти изделия лучше отсаживать на противень, выстланный пергаментом, – так циркуляция тепла будет лучше. В идеале изделия из воздушного теста нужно сушить в духовке, что означает выдержку их при температуре 100 ˚С в течение 4–5 ч, причем дверца духовки должна быть закрыта неплотно.

Вполне допустимо повысить температуру в духовке до 150 ˚С, дверцу духовки стоит чуть приоткрыть. Время сушки сократится, но такой метод требует повышенного внимания, и изделия получаются кремового цвета, в отличие от белых, получающихся в первом случае.

## Вафельное тесто

Довольно простое тесто, однако оно вызывает почему-то ряд трудностей. Стоит запомнить, пожалуй, только то, что правильнее готовить вафельное тесто с желтками яиц, а не с целыми яйцами. Рассмотрим вначале несладкое вафельное тесто. Запомнить соотношение ингредиентов можно так: 2 стакана муки, 2 желтка, по ½ ч. ложке соли и пищевой соды, чуть больше 2 стаканов воды (для мнемоники, как видите, цифра «2» очень удобна). Из такого теста пекут вафли, предназначенные для прослаивания очень сладкими начинками. Другие вафли – это вафли сладкие, в этом случае воды берут относительно меньше, чем в случае приготовления несладкого теста. На те же 2 стакана муки берут чуть больше 1 стакана воды, 2 желтка, 100 г сахарной пудры и 50 г растопленного сливочного масла, ½ ч. ложки соды. При выпечке вафель важно помнить следующее: на нижнюю плиту вафельницы нужно наливать тесто «островком» в середине и еще четыре «островка» – по углам. Так тесто при опускании верхней плиты

равномерно распределяется.

## Тесто для вареников и пельменей

Стоит всего лишь запомнить, что для приготовления теста для пельменей и вареников соотношение основных ингредиентов такое: на 1 кг муки – 400 г жидкости. Заметьте, жидкости, а не воды. Это значит, что яйца, входящие в рецептуру, логично отнести к жидкости. Если пренебречь небольшой разницей в плотности яиц и воды, можно сказать, что на 1 кг муки нужно взять 400 мл жидкости. То есть при замесе теста стоит, зная количество муки, смешать воду и яйца так, чтобы общий вес воды и яиц соответствовал отмеренному количеству муки. Говоря о жидкости, можно открыть один секрет – небольшую часть воды неплохо заменить луковым соком (например, на каждый стакан воды 1 ст. ложка сока). Тесто приобретает интересный вкус, а луковый сок добыть нетрудно, хотя бы из того натертого лука, который добавляется в фарш. Опыт показывает, что яиц надо брать 4–5 шт. на 1 кг муки. Соль класть из расчета 2 ч. ложки на 1 кг муки. Перед раскаткой тесто нужно выдержать не менее получаса – белки муки набухнут, тесто станет мягче, и его будет легче раскатывать.

Со свойством теста подсыхать связана одна нехитрая рекомендация: если вы готовите пельмени с помощью рюмки, вырезая ею кружки теста (а это не единственный способ), то кружки остаются лежать на столе какое-то время, а тесто подсыхает. Поэтому стоит класть фарш не на ту сторону теста, обращенную вверх, а на ту, которая соприкасается со столом и сразу же лепить пельмень. Дело в том, что сторона теста, обращенная к столу, немного отмокает и хорошо лепится. Об этой рекомендации можно забыть, если работать с тестом иначе: куски теста скатывать в колбаски и, отрезая одинаковой толщины кругляши, раскатывать их индивидуально, накладывать фарш и лепить. Этот метод более экономный – потерь теста нет, и оно всегда одинаковой консистенции. В случае «рюмочной» технологии фрагменты теста, находящиеся между вырезанными кругляшами, приходится раскатывать еще как минимум раз. А уже однажды раскатанное тесто имеет более плотную консистенцию, так как при раскатывании стол подсыпали мукой!

Не касаясь в данном разделе книги вопроса тонкостей приготовления фаршей для пельменей и вареников, заметим только, что одна из проблем при изготовлении упоминаемых изделий заключается в том, что что-то часто заканчивается раньше – или тесто, или фарш. Если тесто закончилось раньше,

можно либо приготовить еще немного теста и сделать еще пельмени; фарш можно завернуть в пленку и заморозить, с тем, чтобы когда-нибудь на его основе сделать котлеты; либо скатать из фарша фрикадельки, уложить их на покрытую пленкой доску и заморозить, сложив затем в мешок и поместив снова в морозильник. Если раньше закончился фарш, то из оставшегося теста можно приготовить лапшу – тонко его раскатать, нарезать и оставить ненадолго на столе, чтобы подсохла, а затем переложить на противень, присыпанный мукой и подсушить еще в тепле.

Но это еще не все. Вот что хочется поведать напоследок: мы, как уже повелось, часто пытаемся готовить пельмени впрок, а значит, замораживаем их. Это нормально. Однако часто случается так, что при попадании в кастрюлю с кипящей водой тесто трескается. Это объяснимо, уж очень резкий перепад температуры воздействует на тесто. В таких ситуациях не надо торопиться и, достав нужное количество пельменей из морозилки (даже если они не домашние, а фабричные), дать им «отдохнуть», то есть полежать немного при комнатной температуре. В этом случае температура пельменей хотя бы немного повышается, и они уже не станут интенсивно трескаться при попадании в кипяток.

Но можно поступать иначе и готовить особенное тесто, структура которого такова, что тесто не трескается при резком перепаде температуры. Это так называемое «частично заварное тесто»: на каждый стакан воды – 1 ст. ложка растительного масла, смесь доводится до кипения, этим заваривается стакан муки, остужается, добавляется 1 яйцо и затем еще как минимум 1 стакан муки. Подобное тесто прекрасно переносит замораживание и не трескается при варке пельменей или вареников. И не стоит бояться раскатывать его чуть толще, чем обычно: тесто после варки нежное и мягкое.

## Кляр

В кляре жарят овощи, грибы, рыбу, крабовые палочки. Для приготовления кляра муку и воду берут в соотношении 1: 1 по весу. На каждые 100 г муки берут 1 яйцо, ¼ ч. ложки соли и ½ ч. ложки сахара. Желтки яиц отделяют от белков, белки взбивают (особенности процесса см. в разделе «Бисквитное тесто»). Из муки, желтков, воды с добавлением соли и сахара готовят тесто и аккуратно вводят в него взбитые белки, перемешивая снизу вверх. В получившийся кляр погружают подготовленный продукт и жарят в разогретом фритюре. Подготовка продукта заключается в том, что перед погружением в кляр его панируют в муке, в этом случае кляр лучше удерживается на продукте.

Есть кляр и попроще, но уж очень он хорош. Простота его заключается прежде всего в том, что не нужно использовать белки, тем более – взбитые. Согласитесь, перспектива взбивать белки нас всегда несколько настораживает, в особенности, когда они используются для некоего вспомогательного элемента, каковым, в сущности, кляр и является (тем более думай потом, куда же девать желтки). Кляр, о котором пойдет речь, хорош еще и тем, что получается весьма хрустящим, а достигается это с помощью замены небольшого количества муки крахмалом и использованием газированной воды.

Соотношения следующие: на каждый 1 объем муки берется ¼ объема крахмала и 1 объем минеральной воды с газом, соль по вкусу.

Вот еще один подход к приготовлению кляра. На самом деле такой кляр сам по себе не существует, он готовится вместе с продуктом. Это китайская техника приготовления кляра. Он получается очень хрустящим, что не случайно, ведь множество китайских блюд имеют вид небольших ломтиков, часто предварительно обжаренных в кляре, а затем быстро прогреваемых в соусе. И, тем не менее, ломтики, будучи увлажненными соусом, все же остаются достаточно хрустящими.

К делу: в продукт, например, приправленные специями ломтики сырой свинины, добавляют крахмал и сырые яичные белки. Все интенсивно перемешивают, и ломтики по одному опускают в разогретый фритюр. Конечно, такой кляр можно приготовить отдельно и просто макать в него ломтики продукта перед жаркой. Но предлагаемый способ рациональнее. А теперь соотношения: на 1 кг основного продукта добавляют 5–6 ст. ложек крахмала и 3 белка.

# О начинках для пирожков

## Мясной и ливерный фарши

Вначале о фаршах несладких. Разнообразие таких фаршей не очень уж великое – мясной в сочетании с луком и яйцами, аналогичный рыбный, рис, опять же с яйцом или грибами, визига (но где ее теперь взять?), фарш из кислой или свежей капусты.

Мясной фарш можно готовить тремя способами, но прежде заметим, что, независимо от способа приготовления фарша, очень важным моментом является заправка фарша белым соусом, он придаст фаршу сочность и нежность. Такой соус еще называют «бешамель», он очень широко применяется в кулинарии. Поэтому стоит рассмотреть технику его приготовления.

Соус на самом деле очень простой – муку прогревают со сливочным маслом, добавляют горячее молоко и варят до загустения. Получается очень нежный соус. Густеет соус очень быстро, в муке ведь много крахмала. Но цель нагревания смеси муки, масла и молока заключается не только в том, чтобы добиться нужной консистенции, а еще и в том, чтобы ушел вкус сырой муки. Поэтому не нужно считать, что соус готов, когда он стал густым. Однако большинство кулинарных книг рекомендует прекращать нагрев сразу же после загустения соуса. На этом этапе по консистенции он хорош, но вкус еще – не очень. Стоит все-таки еще поварить его на очень малом огне минут 10–15, часто перемешивая. Соус, конечно, может дополнительно и излишне загустеть, но под рукой надо иметь немного молока, чтобы скорректировать консистенцию.

Теперь о соотношении молока, муки и масла. На 1 л молока возьмите 100 г муки и 100 г масла. Это базовое соотношение, и на практике его еще приходится корректировать в зависимости от качества муки. Заметим, что в мясной фарш, пожалуй, лучше добавлять соус, приготовленный не на молоке, а на бульоне – вкус фарша станет более выраженным. Но рекомендуемое количество молока может быть автоматически отнесено и к бульону. Итак, возвращаемся к фаршам.

*1– й способ*: мякоть говядины нужно нарезать, как на гуляш, быстро обжарить, переложить в сотейник, залить водой так, чтобы вода только покрыла мясо, и тушить до готовности. Бульон от тушения слить и на его основе приготовить соус, которым впоследствии фарш должен быть заправлен. Для приготовления белого соуса лук надо мелко нарезать, обжарить на растопленном

сливочном масле до золотистого цвета, добавить муку, спассеровать ее и, добавив бульон, уварить до загустения, а затем держать, помешивая, на малом огне еще 10 мин. Мясо тем временем пропустить через мясорубку, добавить соус, молотый перец, посолить и хорошо перемешать. Перед использованием фарш нужно охладить, он становится более пластичным.

*2– й способ*: сырое мясо пропустить через мясорубку, фарш обжарить на сковороде, время от времени сливая выделяющийся мясной сок. На основе слитого сока приготовить соус (см. выше). Готовый фарш еще раз пропустить через мясорубку, соединить с соусом и специями.

*3-й способ*: мясо сварить одним куском, остудить, нарезать и пропустить через мясорубку. На части бульона приготовить соус, смешать его с фаршем, добавить специи.

Соотношение ингредиентов: сырого мяса должно быть в 8 раз больше, чем сырого лука. На каждый килограмм сырого мяса для соуса требуется 1–2 ст. ложка муки, 2 ст. ложки растопленного сливочного масла.

Наиболее удачным представляется 1-й способ, 3-й хорош своей рациональностью – мясо одним куском можно сварить в любом количестве воды, получив, таким образом, бульон не только для заправки самого фарша, но и для супа.

Можно приготовить мясной фарш с яйцом, в этом случае на 1 кг заправленного соусом фарша нужно взять 4 сваренных вкрутую нарубленных яйца. Хорош мясной фарш с рисом, в этом случае соотношение готового мясного фарша и отварного рассыпчатого риса 7: 3. Если приготовить фарш с яйцом и рисом, то весовое соотношение ингредиентов будет таким: мясной фарш – отварной рис – яйца 6:3:1 (примите вес одного яйца за 50 г).

Ливерный фарш готовят из легких, сердца и печени. Для приготовления такого фарша нужно купить соответствующие ингредиенты из расчета 2:1:1. Легкие и сердце нужно отварить в течение 2 ч, печень обжарить кусками. Затем ливер нужно остудить, пропустить через мясорубку. На сале обжарить нарезанный лук, добавить муку, спассеровать ее и добавить горячую воду или бульон из кубика, уварить до густоты и ввести соус в фарш. На каждый 1 кг ливера нужно взять 100 г сала, 2 средние луковицы, 1 ст. ложку муки (не забывайте, что для получения нормальной консистенции соуса к 1 ст. ложке пассерованной муки нужно добавить 1 стакан бульона или воды).

Фарш с печенью и гречкой. Нужно сварить рассыпчатую гречневую кашу, печень обжарить и пропустить через мясорубку. Приготовить соус аналогично предыдущему рецепту. Смешать гречку, печень, заправить соусом. Соотношение готовой

гречневой каши и обжаренной печени 1: 1 по весу. На каждый килограмм смеси гречки и печени – 100 г сала, 2 средние луковицы, 1 ст. ложка муки.

## Рыбный фарш

С рыбным фаршем проще. Для его приготовления филе рыбы (мякоть без костей и кожи) припускают, то есть отваривают в небольшом количестве воды. Затем на основе получившегося бульона готовят соус (на 1 л бульона по 100 г муки и сливочного масла). Мякоть рыбы измельчают, добавляют обжаренный лук, соль, белый молотый перец. Соотношение сырого рыбного филе и сырого лука такое же, как для мяса – 8: 1, но может быть увеличено в сторону лука до 6: 1. В такой фарш неплохо добавить отварной рис и/или нарубленное сваренное вкрутую яйцо и рубленую зелень.

## Начинка из капусты

Отдельного комментария заслуживает, конечно, фарш из свежей капусты. Стоит выделить два принципиально отличных способа приготовления такого фарша. Один, более традиционный, можно назвать тушеной капустой, а другой (возможно, более предпочтительный) – жареной капустой. Вначале о менее приятном способе: капусту нужно мелко нарубить, в толстостенной кастрюле растопить немного сливочного масла, добавить немного молока или сливок, капусту и тушить ее до готовности. Слишком долго тушить капусту не следует – фарш будет темным и пареным. В остывшую капусту добавляют нарубленные сваренные вкрутую яйца. Яиц принято класть минимум

3 шт. на 1 кг тушеной капусты. Но больше шести не стоит.

Для приготовления другого фарша капусту также нужно мелко нарубить, посолить, протереть руками и отжать сок. Это очень важно, чтобы капуста получилась именно жареной и не отмокла в результате выделения из нее сока при жарке. Затем на смеси растительного и сливочного масел ее жарят небольшими партиями в сотейнике или толстостенной кастрюле (много класть капусты за один раз нельзя – от давления она будет терять больше сока, и скорость обжаривания будет невысокой). Перемешивать нужно часто, нагрев должен быть высоким. Нужно понимать, что капуста не должна высохнуть, кусочки капусты должны иметь золотистый цвет, а некоторые могут и немного подгореть, это не страшно. Важно, чтобы капуста сама по себе

была сочной. Количество яиц – от 3 до 6 на 1 кг жареной капусты.

## Раздел II
## О чем в «Скорой кулинарной помоши» спрашивают особенно часто

# РАЗДЕЛ II

# О ЧЕМ В «СКОРОЙ КУЛИНАРНОЙ ПОМОЩИ» СПРАШИВАЮТ ОСОБЕННО ЧАСТО

# О лазанье, омлете, жульене

Опыт общения с домохозяйками, да и со специалистами, выделяет лазанью в отдельную категорию, заслуживающую пристального внимания. Лазанья – итальянское блюдо, прямо-таки, очень итальянское. По сути это прослоенная пластинами теста запеканка. В качестве начинки чаще всего выступает мясной фарш в томатном соусе, хотя весьма популярны и овощные начинки с тем же томатным соусом. А теперь, как всегда концептуально, о приготовлении лазаньи.

Сначала нужно приготовить мясной фарш. Для этого можно взять сырую говядину, измельчить ее один раз в мясорубке и выложить на горячую сковороду. Фарш мы предварительно обжариваем на сковороде на растительном масле, но не до полной готовности. Можно (и даже нужно) добавить в фарш мелко нарезанный лук. Обжаривать вместе, а в конце добавить любимые ваши специи.

В лазанье весьма полезно для улучшения вкуса применить орегано, такую травку, кстати, очень итальянскую. Она сейчас продается в магазинах. Только не путайте эту травку с реганом. Реган – это продаваемая на рынках бордового цвета трава, ее европейское название – базилик. Не путайте базилик с орегано! Так вот, мясной фарш, обжаренный с луком, в конце приправленный орегано – это и есть фарш для лазаньи.

Еще нам необходимо приготовить томатный соус. Можно воспользоваться готовым томатным соусом, который продается в

магазине. Лучше, чтобы это был отечественный томатный соус, а не импортные кетчупы, потому что в них добавлены загустители, и кетчуп по определенным причинам, о которых будет сказано чуть позже, не так хорошо сработает. Соус должен быть достаточно жидким. А если вы хотите готовить соус самостоятельно, то нужно взять либо свежие помидоры, либо консервированные помидоры в собственном соку, либо протертые помидоры, которые продаются в картонных пакетиках, как молоко (итальянские неплохие).

И опять же на сковороде на растительном масле необходимо обжарить немного лука и чеснока, но так, чтобы чеснок особенно не пригорал, затем положить туда же либо консервированные, либо протертые, либо свежие помидоры. Все это вместе прогреть и потом блендером измельчить в пюре, процедив его, чтобы избавиться от косточек в случае использования консервированных или свежих помидоров. Если соус получился густоват, долейте в него воды или бульона. Консистенция нашего соуса должна быть жиже, чем у магазинной сметаны, а почему это необходимо, вы поймете несколько позже.

Далее надо взять латку или что-то подобное, любую форму с высокими бортами, но желательно с дном небольшой площади, потому что мы будем заполнять его площадь пластинками лазаньи. Дно латки хорошо смажьте растительным или сливочным маслом и уложите слой этих пластинок прямо на дно. На пластинки накладывайте мясной фарш, заливая его сверху томатным соусом. Томатного соуса не жалейте, его должно быть достаточно много, чтобы было сочно. Сверху на фарш опять кладете слой пластинок, поверх этого слоя пластинок вы опять укладываете фарш, заливая его томатным соусом. Сами понимаете, что так можно сделать еще один-два раза, трех-четырех слоев достаточно вполне, поэтому толщина мясного слоя должна вами выбираться таким образом, чтобы указанное количество слоев, естественно, не вышло за края самой формы. Конечно, последним слоем должен быть слой пластинок: все начинается и заканчивается пластинками. Верхние пластинки принято покрывать соусом бешамель (см. выше раздел о фаршах) и посыпать тертым пармезаном перед тем, как ставить в духовку. Содержимое латки запекается в духовке. Теперь вы, конечно, догадались, почему соус должен быть достаточно жидким, а фарш сочным. Так в процессе выпечки томатная жидкость будет способствовать тому, чтобы сухие листики лазаньи дошли до готовности. Заметьте, листы лазаньи не принято предварительно отваривать. Во всяком случае, в Италии их не отваривают. Когда прошло не менее получаса томления в духовке в зависимости от

толщины лазаньи и от того, какое количество вы готовите, можно снова посыпать ее сыром. Потом, попробовав и убедившись в готовности, можно разделять на порции и выкладывать на тарелки. В общем-то, гарнир здесь не нужен, поскольку гарниром здесь выступают готовые пластинки, а наполнителем является фарш. При этом лазанью уместно готовить заранее – когда она горячая, ее не так-то просто разрезать на порции. А вот когда лазанья остыла, ее очень удобно нарезать и подать, предварительно подогрев, пусть даже в микроволновой печи.

Таким же образом можно готовить и овощную лазанью, только тогда вы небольшими кубиками с гранью в 7 х 8 мм нарезаете овощи, ну, например, лук, сладкий перец, кабачок, баклажан. Все это аккуратно на сковороде в растительном масле обжариваете и так же укладываете между слоями лазаньи, сдабривая томатным соусом либо тем соусом, который вам больше по душе.

## Жульен

Жульен из грибов – это, пожалуй, самая распространенная горячая закуска в нашей стране. Справедливости ради стоит заметить, что жульен в классической кулинарии – не блюдо, а всего лишь способ нарезки продуктов в виде тонкой соломки (как спички). Когда-то этот термин проник в дебри отечественной кулинарии и прижился. Нигде, ни в одной стране такого блюда нет (по названию, а не по сути). Тем не менее, все мы прекрасно понимаем, о чем идет речь, когда слышим название этого блюда. Итак, жульен из грибов…

Остановимся на шампиньонах – это все же круглогодично доступные грибы. Выращивают их, как известно, искусственно, то есть в специальных местах. Это обеспечивает их чистоту и полную безопасность. Эти грибы настолько чисты, что обычно профессионалы даже не моют их перед тепловой обработкой, считается, что от мытья они теряют вкус. Но мы не имеем права призывать вас, дорогие читатели, следовать примеру профи. Тем более что есть эффективный способ мытья шампиньонов, да, впрочем, и других грибов. Делается это просто: нужно налить в кастрюлю много холодной воды, добавить туда немного муки (скажем, на 1 л воды 1 неполную ст. ложку), в эту кастрюлю поместить грибы и просто их перемешивать, желательно рукой. В данном случае мука действует как легкий абразив, и мельчайшие частицы грунта эффективно смываются. Грибы становятся невероятно белыми и чистыми.

В связи с этим стоит заметить, что чистка шляпок

шампиньонов, то есть удаление тонкой пленки, покрывающей шляпки, – занятие лишнее. Опять же, многие кулинарные книги настоятельно рекомендуют это делать, но ни один автор не объясняет зачем. А потому что незачем! Эта пленка не ядовита, грязь с нее смывается очень хорошо, жесткость грибам она не придает. Вот со шляпок маслят стоит снимать кожуру, и знаете, почему? А потому, что пленка у них очень липкая, и с нее грязь не смыть, так правильнее ее (пленку) просто удалить!

Но вернемся к шампиньонам и к жульену из них. Вначале заметим, что помимо грибов в жульене участвуют еще и топленое масло (допустимо и растительное или их смесь), лук, соль, перец, бешамель (про бешамель см. раздел «Фарши для пирожков») и часто сыр (хотя использование последнего вовсе не обязательно, см. далее).

Прежде всего, следует рассмотреть соотношение пропорций грибов и лука. Вопрос использования лука в кулинарии вообще и в горячих блюдах в частности, по правде говоря, не праздный. Лук, несомненно, важный вкусовой и придающий загущенную консистенцию ингредиент. Однако когда его в блюде больше, чем нужно, он придает излишнюю сладость. Поэтому важно с ним не переборщить. Оптимальным соотношением грибов и лука является следующее – на 500–600 г сырых грибов 100 г репчатого лука. Грибы нарезают тонкими ломтиками, причем можно вместе с ножкой. Лук – тонкими полукольцами. По поводу тепловой обработки грибов и лука в литературе существуют разногласия, определяемые двумя разными подходами. Попробуем их проанализировать.

Один способ предполагает начать обжаривать грибы и чуть позже добавить к ним лук, продолжая затем обжаривание и того, и другого. При жарке грибы теряют жидкость (сок), она в конечном итоге выпаривается, и только после этого грибы и лук приобретают некую поджаристую корочку. Таким образом, грибы потеряли много сока, и ломтики их стали весьма тонкими. Затем все это прогревают в соусе бешамель.

Другой способ: на очень сильно разогретом масле быстро обжаривают грибы так, чтобы они схватились золотистой корочкой и не смогли потерять влагу. Лук обжаривают отдельно, также до золотистого цвета. Потом грибы и лук прогревают в соусе бешамель. У каждого из этих способ есть свои достоинства. Проанализируем отличия.

В первом случае грибы сок теряют, поэтому жульена получается по объему меньше, но вкусовые вещества сока остаются и переходят в соус. Во втором грибы вкусны сами по себе, потерь объема меньше, а соус почти нейтрален, он только

придает сочность. Решать вам.

Теперь самое время поговорить о соли, а именно – на каком же этапе блюдо солить? Очевидно, что в первом случае грибы солят во время жарки, таким образом, они теряют больше сока. Во втором лучше солить блюдо во время прогревания грибов и лука в соусе. Стоит заметить также, что в качестве жидкой среды может выступать не только бешамель, но и сметана с мукой, жирные, выпаренные до консистенции соуса 30–35 %-ные сливки.

Что касается сыра. Напомним, что в классике принято готовый жульен уложить в огнеупорную порционную посуду, посыпать тертым твердым сыром и запечь до образования корочки. Но далеко не все эту корочку любят – как только запеченный жульен чуть остыл, корочка становится непробиваемой, и при попытке зачерпнуть ложечкой немного жульена, она явно препятствует нашим намерениям – либо ее не пробить, либо вся она (сырная корка) норовит следовать за первой же ложкой жульена. Знакомо?

Тем не менее, рекомендация запекать жульен «под сыром» кочует из книги в книгу. Такое впечатление, что авторы этих книг жульен не то что никогда не готовили, а даже, не к столу будет сказано, никогда, дай им бог здоровья, не ели! Но! В принципе, вкус обычного твердого сыра очень неплохо сочетается с грибами. Поэтому введем тертый сыр в горячий бешамель и в таком соусе прогреем жареные грибы и лук. А если мы догадаемся после прогревания грибов и лука в «сырном» соусе ввести в них сырой желток и затем запечь жульен, то корочка появится (за счет желтка), но она уже не будет тянуться и никогда не станет непробиваемой!

## Омлет

Французы считают, что омлет готовят только из яиц, то есть, по их мнению, в омлетную смесь не добавляют молоко, сливки, муку и пр. Заметим, кстати, что в 20-годы прошлого века одним из самых распространенных у нас омлетов был так называемый «омлет по-пролетарски», классовое происхождение его, вероятно, определялось достаточно большим количеством муки, добавляемой в омлетную смесь. Это не так уж страшно для массового питания, ведь в больших количествах омлет готовят в духовке на противнях с бортиками, а затем нарезают на куски, и такой омлет с мукой держит форму, не опадает.

Но вернемся к французам… Впрочем, нет, не станем к ним больше возвращаться, потому что с их концепцией омлета согласиться трудно. Уж сливок-то добавить в омлетную смесь

всегда можно! Добавим на каждое яйцо одну почти полную столовую ложку жирных 33 %-ных сливок. «Мужская», так сказать, порция – это омлет из трех яиц, женская или детская может быть меньше.

Попробуйте приготовить так называемый «фаршированный омлет». Это когда омлет свернут пополам, и внутри находится сочная (обязательно сочная!) начинка.

Схема такова: вначале приготавливаем омлетную смесь и держим ее в сторонке, затем быстро готовим на сковороде начинку.

Состав омлетной смеси мы уже знаем. А вот образчик сочной грибной начинки: свежие шампиньоны надо помыть (особенности мытья шампиньонов см. в разделе «Жульен»), затем их нужно нарезать пластинками и быстро обжарить (можно с луком), имея наготове немного тех самых жирных сливок. Когда грибы обжарены, сливки выливаем в ту же сковороду, пусть грибы в них прогреются, а сливки немного выпарятся и загустеют. Все можно посолить, поперчить и переложить грибы со сливками в какую-нибудь промежуточную емкость, быстро помыть сковороду, разогреть ее со смесью растительного и сливочного масел и вылить на нее омлетную смесь. Вот здесь нужно быть внимательным – как только омлет начнет густеть сверху, на одну его половину нужно выложить грибную начинку и накрыть ее свободной половиной, получится что-то вроде полумесяца. Обычно омлет сразу снимают и едят, но в этом случае он внутри остается немного влажным потому, что яичная смесь сыровата. Если вы не любите сыроватость, можно довести омлет до готовности в духовке, но для этого ее нужно предварительно разогреть.

Хорошим гарниром для омлета является легкий салат из огурцов, помидоров и зеленых листьев.

Другое дело – омлет, предназначенный для супа (в виде нарезанной лапши), или салата (форма его нарезки определяется формой нарезки основного ингредиента), или суси. В этих случаях хорош упомянутый выше французский способ.

# О специях, приправах, пряностях

## Совместимость продуктов и приправ

К специям у всякого повара, конечно, отношение трепетное. Именно они во многом позволяют разнообразить еду. Вообще говоря, самих продуктов ведь не так уж и много. Например, видов мяса разве много? А овощей много ли существует? А способов тепловой обработки продуктов? Согласитесь, разнообразие не столь уж велико.

Поэтому в кулинарии роль специй, приправ и пряностей, привносящих в еду дополнительные ароматы и вкус, чрезвычайно важна.

Сравнительно недавно в торговле, а следовательно, и в нашем обиходе, появилось множество экзотических специй, давно известных и привычных для мировой гастрономии, но малознакомых (по понятным причинам) нашим любителям вкусно поесть. Люди очень часто спрашивают, какие из специй, как и с чем целесообразно применять.

Рассказ о специях начнем с главного: с рекомендаций по разумной сочетаемости основных продуктов с определенными видами специй. Для простоты и удобства ориентации эти сведения представлены в форме таблицы. А краткие пояснения о каждой из специй с характерными идеями их применения вы найдете после таблиц в «Словаре специй».

*Совместимость продуктов и приправ*

| Название продукта | Виды специй, пряностей и приправ | Примеры применения |
|---|---|---|
| МЯСО | | |
| Говядина | Черный перец, зеленый перец, кориандр, майоран, перец чили | Поджарьте стейк и подайте к нему соус из выпаренного говяжьего бульона и проваренных в нем горошин сухого или маринованного зеленого перца, загущенный мукой |
| Свинина | Майоран, бадьян, имбирь, тимьян, перец чили, душица | Приготовьте сырые отбивные, посыпьте смесью тимьяна и имбиря, погрузите в льезон, запанируйте и обжарьте |
| Баранина | Мята, розмарин, имбирь, черный перец, зира, кориандр | Стушите кусочки баранины с томатом, луком и чесноком, добавьте измельченные зиру и кориандр |
| Кролик | Тимьян, розмарин, душиц | Стушите кролика с томатом, оливками и розмарином |
| Курица | Белый перец, перец чили, тимьян, душица | Мякоть курицы нарежьте величиной с лесной орех, обжарьте с ломтиками сладкого перца, посыпав душицей, стушите в жирных сливках и подайте к пасте |
| Утка, гусь | Майоран, бадьян, имбирь | Сварите бульон из утки, процедите его, добавьте соевый соус и ломтики свежего имбиря, прогрейте и подайте с мякотью утки |
| РЫБА | | |
| Морская и речная | Белый перец, тимьян, розмарин, можжевельник, кориандр, анис | Запеките рыбу в духовке большим куском или целиком, поливая время от времени растительным маслом, предварительно прогретым с тимьяном |

| ОВОЩИ | | |
|---|---|---|
| Горошек зеленый | Имбирь, гвоздика, душистый перец, карри | Хорошо прогрейте горошек со сливочным маслом и горошинами душистого перца |
| Капуста | Карри, куркума, корица, тмин, укроп (семена, стебель) | Стушите кислую капусту с добавлением томата, тмина и небольшого количества куркумы |
| Картофель | Кориандр, розмарин, черный перец, перец чили, корица, мускатный орех, карри | Обжарьте кружки картофеля с добавлением в конце жарки иголок розмарина и толченого чеснока |
| Морковь | Перец чили, душистый перец, зира, имбирь, гвоздика, куркума, анис | Прогрейте ломтики до половины отваренной моркови со сливочным маслом, перцем чили и семенами аниса |
| Огурцы | Мускатный орех, имбирь, фенхель, черный перец | Приготовьте салат из очищенного огурца, нарезав его тонкими пластинами, и добавьте в него измельченный имбирь, уксус и сахар. Такой салат хорошо подавать к рыбе |
| Перец болгарский | Душистый перец, кориандр, корица, гвоздика, карри, кардамон, черный перец, зира | Запеките перец целиком, очистите от кожицы, полейте смесью оливкового масла и уксуса и посыпьте дробленым кориандром |
| Помидоры | Зира, имбирь, перец чили, куркума, гвоздика, белый перец, мускатный орех | Сварите протертый томатный суп с добавлением сахара, уксуса, зиры и имбиря |
| Редис | Черный перец, корица, мускатный орех, горчица черная, зира, кардамон | Приготовьте салат из редиса и заправьте его растительным маслом с прогретым в нем кардамоном и уксусом |
| Свекла | Корица, душистый перец, кориандр, ванилин, зира, куркума, мускатный орех, карри, шамбала, семя укропа, сок лимона, перец чили | Приготовьте салат из свеклы и заправьте его охлажденным выпаренным апельсиновым соком, растительным маслом, дробленым кориандром и шинкованной зеленью кинзы |

| | | |
|---|---|---|
| Тыква | Кардамон, шамбала, перец чили, имбирь мускатный орех, корица | Приготовьте густое сладкое пюре из тыквы, заправленное молотым мускатным орехом и используйте в качестве начинки для пирога |
| ФРУКТЫ | | |
| Ананас | Кардамон, базилик | Обжарьте на гриле ломтики свежего, замаринованного с растительным маслом и свежим базиликом ананаса и подайте как десерт или гарнир к мясу |
| Банан | Ваниль, мускатный орех, гвоздика | Разрежьте бананы вдоль не до конца, не очищая при этом, посыпьте ванильным сахаром и запеките в духовке |
| Виноград (изюм) | Кардамон, имбирь, эстрагон | Приготовьте салат из разрезанных пополам и очищенных от семян ягод винограда, эстрагона и твердого сыра |
| Вишня | Зира, бадьян, кардамон, лимон, фенхель | Сварите вишневое варенье с добавлением бадьяна |
| Груша | Кардамон, гвоздика | Нашпигуйте очищенную грушу гвоздикой и сварите целиком в красном вине с добавлением сахара. Подайте как десерт в горячем или холодном виде |
| Клубника | Имбирь, черный перец, зира | Подайте свежую клубнику с дробленым черным перцем |
| Крыжовник | Фенхель, мята | Приготовьте соус из свежего протертого крыжовника с добавлением измельченных чеснока и мяты |
| Яблоки | Перец чили, имбирь, зира, гвоздика, корица, ванилин, мускатный орех, сахар | Сварите варенье из яблок с добавлением свежего шинкованного имбиря |
| КРУПЫ И БОБОВЫЕ КУЛЬТУРЫ | | |
| Сухой горох, в том числе турецкий | Имбирь, корица, перец чили, тимьян, куркума, кориандр, зира, мускатный орех, карри, черный перец | Ближневосточный фалафель, который готовят из пюре часто отварного нута с добавлением яиц, чеснока, зиры, кинзы и кориандра. Из массы формуют шарики и жарят во фритюре |

| | | |
|---|---|---|
| Греча | Душистый перец, перец чили, корица, гвоздика, горчица черная, укроп (семена), карри | При варке гречки положите в воду вместе с крупой палочку корицы и пару гвоздичин. Или же добавьте немного порошка карри |
| Манная | Имбирь, куркума, корица, перец чили, карри, мускатный орех | В холодную застывшую манную кашу добавьте одно-другое сырое яйцо, тертый мускатный орех, молотую корицу и запеките под сырной корочкой |
| Перловая | Имбирь, гвоздика, душистый перец, куркума | Приготовьте плов из перловки, обжаренных лука, моркови, шампиньонов. В процессе обжаривания овощей добавьте в них порошок куркумы |
| Пшено | Имбирь, куркума, гвоздика, горчица черная, черный перец | Полейте пшенную кашу растопленным сливочным маслом с прогретым в нем измельченным имбирем |
| Фасоль | Перец чили, душистый перец, имбирь, зира, корица, гвоздика, мускатный орех | Стушите отварную фасоль в томате с добавлением перца чили и зиры, при подаче посыпьте зеленью кинзы |
| Рис | Перец чили, имбирь, корица, гвоздика, куркума, зира, горчица черная, тмин | Прогрейте в масле на сковороде палочку корицы, немного гвоздики, зиры, зерен горчицы, затем добавьте рис и обжарьте его немного. При подаче удалите корицу и гвоздику |

# Словарь специй

**Анис** – средиземноморское растение *Anisum vulgare* семейства зонтичных, известное, по крайней мере, уже 3,5 тысячи лет. Зеленовато-серые семена аниса содержат 2,2–3,2 % эфирного масла, его главный компонент – душистый анетол. Анисом как пряностью умели пользоваться кулинары Древнего Египта, Древней Греции и особенно Древнего Рима, где с ним готовили цыплят, свинину, овощи, а маленькие анисовые лепешки и засахаренные семена подавали в конце пиршества для облегчения переваривания обильной пищи. Римлянам были хорошо известны слабительные свойства аниса – описанный Петронием знаменитый обжора Трималхион часто жалуется своим гостям на лекарей: «Я их терпеть не могу – больно часто они мне анисовую воду прописывают…»[2].

От римлян анис попал в Западную Европу, где в Средние века был достаточно дорогой пряностью, – в основном его использовали в медицинских целях и для возбуждения аппетита. Первыми заново открыли кулинарные свойства аниса английские повара – примерно с XIV века они стали применять его для ароматизации варенья, заливных блюд и особенно выпечки (например, имбирных пряников – излюбленного лакомства на городских и деревенских ярмарках вплоть до елизаветинских времен). Анис наиболее частый «гость» в тесте при выпечке хлебобулочных изделий. Молотый анис замечателен в пирожках, пряниках, оладьях, печенье. В домашнем консервировании его используют при засолке огурцов, квашении капусты, а также для приготовления различных фруктовых и ягодных компотов, в особенности моченых яблок и груш. Замечателен при приготовлении кваса или киселя. Семена аниса – причина неимоверной популярности у средиземноморцев анисовых напитков. Это знаменитый *pastis* (пастис) – крепкое желтоватое анисовое бренди, настоянное на лакричном порошке, и греческая анисовая водка «*узо*», без которой не обходится ни один серьезный мужской разговор в кафе Афин, Крита или Кипра, и болгарская *«мастика»,* и турецкая *raki* (раки), и испанская настойка *Anis de mono* (Анис-де-моно), и итальянский золотистый сладкий анисовый ликер *Galliano* (Гальяно). Уже более 200 лет известная бордоская компания «*Marie Brizard*» из экстракта аниса, лимонной цедры, кориандра и корицы производит сладкую бесцветную настойку *Anisette* (Анисет). Ее основной компонент – анис – традиционно выращивают в горах солнечной Андалусии, чей климат и почвы просто идеальны для растения. Неспроста

ведь чуть ли не в каждой андалусской деревне гонят прозрачную виноградную водку *aguardiente de anis*, хотя особенно славится *Anisado de Chinchyn* – анисовка из Чинчона, городка близ Мадрида… В Париже в начале прошлого века многочисленные «любители» и «любительницы» абсента, куда тоже входил анис, наливали воду в стакан с изумрудно-зеленым горьким «нектаром» через перфорированную ложечку с куском сахара, напиток мгновенно становился опаловым (результат взаимодействия холодной воды с анетолом), и с наслаждением потягивали мутную влагу.

***Идея.*** Попробуйте приготовить такой соус – в оливковое масло добавьте немного дижонской горчицы, измельченной петрушки, измельченного шнитт-лука, соевого соуса, молотого черного перца и анисовой настойки. Подавать к отварным креветкам, крабам, омарам и другим морепродуктам.

***Советы.*** Темный с коричневым оттенком цвет семян аниса – признак того, что семена старые, и особенного аромата от них не добиться.

Семена аниса лучше покупать целыми и хранить в плотно закрытых банках подальше от прямых солнечных лучей.

Молотые семена аниса быстро теряют вкус и аромат.

Рюмочка анисовой настойки, добавленная в кастрюлю, сделает изысканным вкус любой ухи.

**Бадьян** – родиной небольшого вечнозеленого тропического дерева вида *Illicium verum* семейства магнолиевых считают юго-восточный Китай и Японию, хотя сегодня его культивируют во многих тропических странах – Южной Корее, Вьетнаме, Камбодже, Индии, на Филиппинах и Ямайке. В качестве пряности используют высушенные темно-коричневые плоды, в форме небольших шести-, десяти-, а чаще всего восьмиконечных звездочек, чем объясняется его английское название *star anise*, французское – *anis iitoilii*, немецкое – *Sternanis*, итальянское – *anice stellato* и русское (менее распространенное) – звездчатый анис. За сладковато-горьковатый вкус и сильный анисовый запах бадьян всегда сравнивают с анисом (филиппинцы вообще эти два растения не разделяют), хотя бадьян более ароматен и очень приятен на вкус. То же произошло и в русском языке – через Монголию и Сибирь бадьян попал в Россию, где его стали называть сибирским анисом и добавлять в пряники и коврижки. Русское слово «бадьян», по мнению многих лингвистов, происходит от татарского «баджан» – анис, однако, возможно, оно связано с индийским *badayn*, что прослеживается и в одном из редких английских названий бадьяна *badian anise*, во французском

*badiane*, в немецком *Badian* и в испанском *badian.*

Англичане иногда называют бадьян «китайским анисом» *(Chinese anise)*. И совершенно справедливо – это одна из наиболее популярных пряностей китайской кухни. Прочно прижился бадьян в Европе только с открытием торговых путей и стал широко применяться, так же как и анис. Сегодня его добавляют в печенье, фруктовые супы, пудинги и компоты, главным образом из слив, груш и яблок. Кроме того, бадьян используют при приготовлении ликеров, пунша, наливок и настоек, некоторые любители добавляют его в грог (горячая вода, сахар и ром) или просто в крепкий чай с сахаром.

***Идея.*** Сварите вкрутую два яйца, опустите в холодную воду и очистите от скорлупы. Затем наколите их вилкой в нескольких местах и снова варите 10–15 мин в воде с добавлением соевого соуса, водки, бадьяна, душистого перца, корицы, гвоздики и имбиря. Перед подачей нарежьте яйца дольками, выложите веером на тарелку и подавайте с соевым соусом.

***Советы.*** Вкус и аромат варенья из вишни, сливы, алычи, айвы будет значительно лучше, если в него в конце варки (за 10–15 мин до готовности) добавить бадьян.

Вкус бадьяна нивелирует ощущение жирности, поэтому китайцы добавляют его в блюда из свинины и утки.

Варенье с добавлением бадьяна при хранении не засахаривается.

Бадьян допускает длительную тепловую обработку, поэтому класть его можно в самом начале приготовления.

Пользоваться бадьяном следует осторожно – его избыток может придать блюду горечь. На литровую банку компота достаточно одного кончика звездочки, а на таз варенья – целой звездочки.

**Базилик** – однолетняя пряная трава *Ocimum basi-licum*, по внешнему виду напоминает мяту, имеет сильный пряный очень приятный аромат, не сравнимый ни с какими другими специями и травами, и вяжущий, чуть горьковатый вкус. Родиной растения считается Индия, и хотя сегодня базилик по-прежнему культивируют во многих азиатских странах, основные его экспортеры – страны Средиземноморья: Франция, Италия, Марокко и Египет.

Родовое название базилика *Ocimum* – производное от греческого *osme* (запах), а видовое *basilicum* восходит к греческому *basilikos* – «царский». Действительно, древние греки называли эту траву «царской», отсюда ее названия в большинстве европейских языков: *basil* – в Англии, *basilic* и *herbe royale* (королевская трава) –

во Франции, *basilico* – в Италии, *Basilikum* и *Basilienkraut* – в Германии, наконец, *базилик* – в России. В Испанию базилик впервые привезли мавры, что отразилось неизменной арабской приставкой *«a1»* – *alabega, alahaca* и *albacar*. А вот арабское название базилика *raihan* легко прослеживается в иврите – *reihan*, а также в известном в России реган, или райхон, – так у нас часто именуют распространенный в Армении и Грузии опаловый базилик с фиолетовыми листьями.

Пикантный аромат свежего и даже сушеного базилика преображает любой, самый простой овощной салат и блюда из яиц, он замечательно гармонирует с баклажанами, помидорами, сладким перцем, фасолью и любой рыбой. Добавляют базилик и при мариновании огурцов, кабачков, патиссонов и белых грибов, он признан превосходной приправой для тушеного мяса, куриных, рыбных и сырных супов.

***Идея.*** Бутыль с широким горлом наполните свежими листьями и молодыми веточками базилика, залейте уксусом и настаивайте 10 дней. После этого жидкость процедите, листья поменяйте на свежие и настаивайте еще 14 дней. Французы в такой уксус добавляют гвоздику и лимонную цедру.

***Советы.*** Базилик добавляют в блюдо только в последнюю минуту, так как его нежный аромат быстро исчезает при длительной тепловой обработке.

Сушеный базилик нужно хранить в закрытой стеклянной или фарфоровой посуде в сухом темном месте.

**Барбарис** – род кустарников *Berberis* семейства барбарисовых, из 200 видов которого в кулинарии используют в основном барбарис обыкновенный *Berberis vulgaris.* Это достигающий двух метров в высоту кустарник с усеянными шипами ветками. За терпко-кислый вкус ярко-красные ягодообразные плоды барбариса иногда называют «северным лимоном» – незрелые содержат сильные алкалоиды и в этот период в пищу не годятся, но если собирать их поздней осенью (до глубокой зимы они могут держаться на кусте), когда ягоды уже тронуты морозцем, кислота и горечь в них заметно уменьшается.

Из барбариса варят варенье, готовят желе, соки, сиропы, шербеты, а также добавляют ягоды как приятную кислую приправу в пикантные соусы к дичи (совсем неплохо к гусю), жареной говядине и телятине.

*Идея.* Попробуйте нашпиговать свежим барбарисом телячью печень и стушить ее.

*Советы.* Высушенные и истолченные в порошок ягоды барбариса – прекрасная приправа ко многим восточным блюдам:

шашлыку, люля-кебабам и даже к бульону из баранины, причем порошок можно подать отдельно к готовому блюду.

Молодые листья барбариса употребляют так же, как и листья щавеля, – их заготавливают в период цветения, срезая укороченные веточки, а затем высушивают на открытом воздухе.

**Ваниль** – незрелые, прошедшие особую ферментацию и сушку на солнце длинные тонкие стручки вьющегося тропического растения вида *Vanilla planifolia* семейства орхидных. Родина ванили – Южная Мексика, а ее современное название происходит от испанского *vainilla*, в свою очередь восходящего к латинскому *vagina*, означающему и «ножны» (форма стручка и вправду напоминает узкие ножны), и… «влагалище» (без комментариев!)… Ваниль возделывали еще древние ацтеки, называвшие растение *tlilxochitl* (черный цветок). Они добавляли ваниль в шоколадный напиток *chocolatl* (чоколатль): какао-бобы, мед, горячая вода, ваниль, красный перец и семена аннато. Первым европейцем, отведавшим «божественный нектар», был Эрнан Кортес, а произошло сие знаменательное событие 14 ноября 1519 года. В благодарность за угощение, менее чем через три года великая столица ацтеков Теночтитлан была полностью разрушена. А древним рецептом пользуются до сих пор – оказалось, что ваниль удачно подчеркивает вкус шоколада.

Европа познакомилась с ванилью довольно поздно – только в начале XVI века испанские конкистадоры привезли стручки «черного цветка», стоила ваниль тогда очень дорого и поставлялась исключительно к столу королевских особ. Интересно, что американцы (имеются в виду переселенцы из Европы), у которых стручки росли буквально под носом, по-настоящему пристрастились к ванили только в конце XVIII века, после того как посетивший Францию Томас Джефферсон (автор Декларации независимости) распробовал пряность в каком-то изысканном французском десерте. Вероятно, лозунг: «Даешь ваниль в массы» – массы восприняли с пониманием и ликованием, и уже к XIX веку большинство американцев не представляло себе, как можно радоваться жизни без ванильного мороженого – по оценке экспертов, в 1932 году 75–80 % выпускаемого в США мороженого было именно ванильным.

Зеленые стручки (обязательно собранные вручную) ни вкусом, ни ароматом не похожи на ваниль – понадобится немалое терпение и еще от 3 до 6 месяцев упорной работы. Цикл обработки – сложный. Стручки сначала принимают 20-секундную ванну в кипящей воде, а затем в течение месяца днем сушатся на солнце, а на ночь их еще тепленькими заворачивают в одеяльца. В результате такого сложного и долгого процесса ванильные

стручки ферментируются, усыхают в 4 раза по весу и приобретают характерный темно-коричневый цвет и неповторимый аромат. Кстати, лучшие сорта покрываются белым кристаллическим налетом, называемым *«vanillin»* (вот откуда появилось русское «ванилин»!).

***Основные продукты из натуральной ванили:***

*Ванильный порошок* – порошок из высушенных и размолотых стручков ванили, он хорошо сохраняет аромат при сильном нагревании и поэтому чаще всего используется в хлебобулочном и кондитерском производствах. Ваниль не слишком любит другие пряности и специи – пожалуй, лишь шафран и корица с ней в ладу.

*Ванильный экстракт* – спиртовой раствор, настоянный в течение нескольких месяцев на измельченных ванильных стручках. В результате получается прозрачная коричневая жидкость с сильным ванильным ароматом, ее добавляют в кремы, десерты и т. п., так как экстракт не переносит тепловой обработки. Согласно правилам торговли США, ванильный экстракт должен содержать 13,35 унций ванильных стручков на галлон и иметь крепость 35 % (весовое содержание чистого спирта).

*Ванильная эссенция* – разновидность ванильного экстракта с очень высоким содержанием ванильных стручков. Если на продуктах написано *«natural vanilla flavor»,* то вы можете быть уверены, что этот продукт содержит чистый ванильный экстракт или эссенцию. Ванильный экстракт и ванильная эссенция были созданы американским ученым Джозефом Бернеттом в 1847 г.

*Ванильный сахар* – душистый сахар, который делается смешиванием ванильных стручков с сахарной пудрой или сахарным песком (обычно в пропорции: 2 стручка на 500 г сахара). Такая смесь хранится в течение недели в плотно закрытых контейнерах, а затем стручки вынимают. Ароматный сахар используют в выпечных изделиях, а также для украшения фруктов, десертов и т. п. Ванильные стручки при этом теряют лишь часть своего аромата, и их можно применять в течение еще 6 месяцев.

***Идея.*** Удалить косточки из слив. В сотейник всыпать сахар, влить вино, добавить ваниль и готовить 15 мин на маленьком огне. Затем добавить сливы и готовить еще 15–20 мин. Снять с огня и остудить. Разложить сливы в креманки и украсить взбитыми сливками.

***Советы.*** Аромат ванили (как и ванилина) быстро улетучивается, поэтому эти пряности нужно хранить тщательно

закупоренными, а в блюдо добавлять незадолго до подачи к столу.

Чтобы приготовить натуральный ванильный сахар, нужно расщепить стручок на две части, засыпать сахаром, плотно закупорить банку и хранить в прохладном месте.

Для ванильного экстракта вам понадобится 4 стручка, их надо расщепить на 2 части, положить в узкую бутылку, залить 100 г водки так, чтобы она покрыла стручки полностью, закупорить и поставить в прохладное место на 2–3 недели.

Индийские повара готовят экстракт иначе и быстрее – кипятят стручки в молоке, а затем добавляют ароматное молоко в кушанья.

**Гвоздика** – ароматные и жгучие на вкус засушенные цветочные бутоны вечнозеленого гвоздичного дерева *Syzygium aromaticum* семейства миртовых, которые по форме напоминают гвоздики длиной 1–1,5 см. «Шляпку гвоздя» образует чашечка с 4 красными чашелистиками, 4 свернутых бело-розовых лепестка и многочисленные тычинки. Стерженек – ярко-красное разросшееся цветоложе с завязью. Форма бутонов и дала название специи в большинстве европейских языков, например, английское *cloves* происходит от латинского *clavus* (гвоздик). Та же этимология лежит в основе немецкого *Nelke* (от *Nagel* – гвоздь) и шведского *nejlikor*. Немного позже словом *«Nelke»* окрестили гвоздику (цветок) – совсем другое растение рода *Dianthus*, поэтому пряность немцы стали называть *Gewurznelke*, голландцы – *kruidnagar*, шведы – *kryddnejlikor* (буквально «пряная гвоздика», или «гвоздика-пряность»). Та же история произошла и во французском языке, где цветок сегодня называют *giroflee*, а гвоздику-пряность – *girofle*, но пользуются и словом *«clou»* (буквально: «гвоздь»).

Срывают бутоны-гвоздики еще не распустившимися, за день-другой до появления цветков (зрелые плоды гвоздики имеют только местное значение). Опаздывать нельзя – если показались розовые лепестки, то качественную пряность уже не получить, аромат будет слабее, да и жгучесть не та. Поэтому одно дерево обрабатывают сразу несколько человек – женщинам и детям достаются нижние ветки, а мужчинам приходится трудиться наверху, забравшись на лестницу или на дерево. Собранные бутоны в корзинах, сплетенных из листьев пандануса, уносят на склад, где от каждого (вручную!) отделяют цветоножки. Затем бутоны рассыпают тонким слоем по бетонным площадкам для сушки. Около недели они загорают на солнце, а в пасмурную погоду – в специальных печах.

Эта замечательная пряность известна человечеству давно – ею пользовались еще древние греки и римляне, получавшие ценный продукт из Индии. После падения Рима Европа забыла о существовании гвоздики, снова вспомнила о ней лишь во времена крестовых походов, а всерьез пристрастилась после открытия морского пути в Индию и Индонезию. Родина гвоздики – северные Молуккские (Пряные) острова в восточной части Индонезийского архипелага. Там и на островах Тернате, Тидоре, Бакане, а также на западном побережье Хальмахеры ее культивировали за десять веков до прибытия туда португальцев и голландцев – торговля между «гвоздичным островом» Тернате и Китаем насчитывает более двух тысяч лет. Лишь в 1511 году удачливый португалец Франчиск Серран первым добрался до одного из этих островов, однако уже в конце XVI века ловкие голландцы сумели прибрать все острова к рукам. Далее шла довольно жестокая борьба за монополию – только на одном крошечном островке Тернате, диаметром всего 9 км, насчитывается свыше десяти крепостей, построенных в разное время португальцами, испанцами, англичанами и голландцами. Говорят, что аромат гвоздичных деревьев приветствовал мореплавателей еще до того, как на горизонте показывалась земля.

Невозможно перечислить все кухни, где используется гвоздика: ее любят в Китае, Шри-Ланке, в Северной Индии, на Среднем Востоке и в Северной Африке. Эту пряность добавляют в мясные блюда, рис и включают в самые разнообразные пряные смеси – китайскую «усян-мянь», северо-индийскую «гарам-масалу», марокканскую «рас-эль-ханут», тунисскую «галат-дагга», эфиопскую «бербере». Она придает пикантность блюдам из свинины, пернатой дичи и овощей, хотя европейцы не очень-то жалуют ее душно-сладкий пряный аромат и в основном добавляют гвоздику в десерты, напитки и маринады. Лишь английская кухня, испытавшая сильное индийское влияние, воздает специи должное – ее кладут и в начинку сладких пирожков, и в пудинги, и в блюда из яблок, и в бульоны, и в разнообразные мясные изделия. Традиционный праздничный английский глазированный свиной окорок *[glazed gammon*) буквально «обивают» гвоздиками гвоздики (ударения расставьте сами), заворачивают в фольгу и запекают в духовке.

***Идея.*** Когда вы готовите глинтвейн, гвоздику, предназначенную для него, воткните в апельсин, разрежьте апельсин пополам и в таком виде опустите в вино вместе с другими ингредиентами. Апельсины с гвоздикой плавают на поверхности глинтвейна, как морские мины, но это не опасно, а

красиво.

***Советы.*** Хорошая гвоздика должна быть маслянистой на ощупь и иметь красно-коричневый цвет. Старея, гвоздика высыхает, сморщивается и в значительной степени утрачивает аромат.

Легко на глазок определить качество гвоздики. Чем больше в «гвоздиках» масла (большая часть его сосредоточена в основании стерженька), тем они лучше. Масло тяжелее воды, и поэтому, если брошенная в воду гвоздичка плавает горизонтально, то в основании стерженька (а значит, и во всем бутоне) масла мало. Если же масла много, то основание перевешивает, и бутон плавает вертикально – чашечкой вверх.

Гвоздика используется в умеренных дозах, поскольку даже минимальное ее количество придает пище очень сильный специфический аромат.

Гвоздика хороша в маринадах, солениях, ее добавляют в некоторые блюда из мяса и дичи, в соусы, в кондитерские изделия и сладкие блюда.

Закладывать гвоздику лучше незадолго до окончания тепловой обработки.

Молотую гвоздику надо покупать в самых минимальных количествах – она быстро портится и приобретает неприятный запах.

**Душица (орегано)** – это многолетнее травянистое пряное растение рода *Origanum*, распространенное преимущественно в Средиземноморье и Западной Азии. Практически все виды душицы обладают нежным мятным вкусом с легкой горчинкой и сильным теплым ароматом и могут применяться как приправа, однако наибольшее значение имеют виды: O. *vulgare* (известна кулинарам всей Европы), O. *onites* (Греция, Малая Азия) и O. *heracleoticum* (Италия, Балканский полуостров, Западная Азия).

Греческое слово «*origanon*», давшее название душице на большинстве европейских языков, можно перевести как «услада гор» – действительно, самая душистая ее разновидность растет на горных склонах Средиземноморья. Часто душицу называют диким майораном, так как и ее листья, и их аромат очень похожи на майоран.

Душица возбуждает аппетит, улучшает пищеварение и поднимает общий тонус организма – «веселит сердце». Недаром ее теплый аромат ценится гастрономами – молодые свежие и высушенные листья, а также мелкие пурпурные цветки, побеги и стебли добавляют в блюда и соусы из помидоров, баклажанов, кабачков и сладкого перца, широко используют в ликеро-

водочном производстве и даже заваривают как чай, смешивая, например, с листьями зверобоя и сушеными плодами шиповника.

Хотя душица хорошо известна практически во всех европейских странах, ее основные потребители – жители Средиземноморья. Греки, именующие душицу «ригани», используют ее как непременный компонент традиционных рагу и жаренной на углях ягнятины и свинины. Часто применяют травку испанские и французские повара, однако главными ценителями душицы всегда были и остаются итальянцы. Вместе с базиликом она – ключевой элемент разнообразных итальянских томатных соусов для пицц, за что немцы дали ей еще одно название: «трава для пиццы» **(***Pizzakraut***).**

***Идея.*** Для того чтобы ощутить вкус душицы, попробуйте приготовить нехитрое блюдо. Обжарьте нарезанные небольшими кубиками свиное филе и сладкий перец, сдобрите сухой душицей, добавьте жирных сливок, уварите до загустения и используйте как соус к спагетти.

***Советы.*** Сухую душицу надо хранить в плотно закрытой посуде, в темном месте и использовать в течение 2 месяцев.

Душица прекрасно сочетается с картофелем, запеченным в духовке с оливковым маслом и помидорами, а также хороша для всевозможных омлетов.

**Имбирь** – очень древняя пряность, известная и высоко ценимая когда-то в Древнем Риме, куда его доставляли с Востока. Римские легионеры смешивали имбирь с маком, анисом, кардамоном, кориандром, укропом и перцем, искренне веря, что такое средство поднимает боевой дух. Правда, после падения Римской империи (не помог имбирь воякам) о нем совсем забыли, и только благодаря Марко Поло европейцы вновь обрели душистый корень, вскоре он понравился и, естественно, вздорожал. К счастью, имбирь оказался покладистым, и попытка заставить его расти где-нибудь поближе почти сразу увенчалась успехом – первая партия с Ямайки была доставлена в Европу уже в 1585 году. Сладковатый жгучий вкус корня пришелся по сердцу англичанам, и он стал одной из первых восточных пряностей, столь радушно принятой на Британских островах.

На Руси имбирь появился в XVI веке и поначалу пришелся по вкусу. «Домострой» советует хозяйкам консервировать арбузные корки в пряной патоке с «инбирем», поэт К.Н. Батюшков в одном из писем к И.И. Гнедичу просит: «Пришли леденцу с имбирем, побольше, грудь болит…». Но и в нашей стране имбирь не избежал печальной участи – за годы Советской власти он был забыт окончательно и, казалось, бесповоротно. Только

сравнительно недавно в отечественных магазинах стали продавать упаковки свежих светло-бежевых корней, похожих на маленьких человечков, а также бежевый имбирный порошок. Предпочтительнее, конечно, свежий корень. Лучшими считаются свежие, гладкие, плотные на ощупь корни – перед тем как рубить, тереть на терке, резать или измельчать, их лучше очистить от кожуры. Вкус и аромат свежего имбиря ярок и жгуч, у порошкового – вяловат, в основном из-за того, что при производстве порошка часто используют грубые сорта корней или посторонние примеси (все равно, мол, не видно!).

Китайцы часто используют имбирь («чианг», или «кеонг») в сочетании с чесноком в несладких блюдах, а также консервируют в сиропе и даже засахаривают (после снятия кожицы зрелое корневище вымачивают в холодной воде, а затем варят в сахарном сиропе). Вообще имбирь в этой стране – одна из основных приправ, и используется свежим или сушеным, в порошке или в виде настоя.

Любят имбирь («сёга») и японцы, они обычно маринуют его и подают к самым различным блюдам, особенно к рисовым колобкам суси. В Японии хорошо известен и маринованный в сладком уксусе бежевый или розовый имбирь амазу-сёга, и ярко-красный, обычно тонко нарезанный бени-сёга, или гари.

В Индии и Шри-Ланке жареный имбирь – непременный компонент большинства пряных смесей и соусов к овощным и мясным блюдам; корень мелко нарезают и жарят вместе с луком и чесноком – такая кулинарная техника характерна для кухни Северной Индии. Кроме того, в индийской кухне свежий имбирь (*adrak*) удачно сочетают с рыбными блюдами, придавая им изысканную пикантность с длительным послевкусием, а высушенный (*sondh*) перемалывают и используют в острых фруктовоовощных приправах чатни *(chutney)*.

Немыслима без имбиря «кхинг» и тайская кухня, где он и приправа, и овощ, и сласть. Молодые свежие корни обычно продают в сезон дождей – если их растолочь в ступке с небольшим количеством соли, перца и чеснока, то получится ароматная паста-маринад для курицы или говядины. В остальное время года тайцы обходятся более волокнистым по текстуре и более пряным на вкус старым имбирем.

***Идея.*** Сварите магазинные пельмени почти до готовности, затем откиньте на дуршлаг и обжарьте с толченым или натертым имбирем и чесноком в смеси растительного и сливочного масла, добавив в самом конце ложку-другую соевого соуса.

***Советы.*** Имбирь нужно очищать очень аккуратно и потоньше, так как основной запас масел и ароматических веществ

находится под кожицей.

После тесного общения с имбирем не забудьте хорошенько вымыть руки – его сок вызывает раздражение слизистой оболочки.

При измельчении имбирного корня лучше не пользоваться деревянной разделочной доской – дерево долго сохраняет аромат любых пряностей и не преминет поделиться им с другим продуктом.

Свежий очищенный или высушенный имбирь удобно измельчать с помощью мелкой терки. Для свежего имбиря это важно еще и потому, что позволит освободить мякоть от жестких внутренних волокон.

Для того чтобы сохранить аромат имбиря в течение нескольких месяцев, его следует почистить, залить сухим хересом или водкой и плотно закрыть. Ароматизированный напиток затем можно использовать в качестве самостоятельной имбирной приправы.

**Каперсы** – бутоны травянистого или кустарникового растения вида *Capparis spinosa* семейства каперсовых, распространенного в засушливых областях Азии и Африки. Предполагают, что родина растения – Западная или Центральная Азия, хотя в дикорастущем виде его можно найти по всему Средиземноморью, а культивируют каперсы во Франции, Испании, Италии, Алжире, на Кипре, в Греции и даже в Северной Америке. Это растение относят к так называемым ландшафтным, поскольку оно, особенно в пору пышного бело-розового цветения, определяет облик обширных территорий. Не случайно с каперсами связано имя величайшей иранской пустыни Деште-Кевир (на языке фарси каперсы – «кевир»).

Название каперсов в большинстве европейских языков восходит к греческому *kapparis*, а оно, в свою очередь, заимствовано с Ближнего или Среднего Востока; сравните русское каперсы, французское – *cepres*, немецкое – *Карег*, итальянское – *cappero*, норвежское – *kapers*, шведское – *kapris* и датское – *kappertjes*. Португальское *alcaparra* и испанское *alcaparron* с характерной арабской приставкой а/– указывают на путь каперсов в эти страны. Индийцы на различных диалектах называют каперсы *kobra, kabra*, или *kabarra*. Видовое название растения *spinosa* (колючий) объясняется многочисленными прилистниками в виде колючек, хотя во многих культивируемых сортах они отсутствуют.

Урожай каперсов снимают несколько раз в сезон, при этом бутоны обязательно собирают рано утром вручную – чем они

меньше, тем лучше их вкус. Собранные бутоны никогда не сушат – их провяливают, а затем засаливают с растительным (обычно оливковым) маслом или маринуют в винном уксусе. Лучшими сортами считаются каперсы французского Прованса: самые дорогие маринованные мелкие (около 1–3 мм) – *nonpareille* (нонпарель), или *surfines,* – их обязательно добавляют в знаменитый ниццкий салат (*salade Nicoise*) из картофеля, маслин, стручковой фасоли и крутых яиц с заправкой из уксуса и оливкового масла, иногда и анчоусов. Более крупные каперсы *capote* (капот), или *communes*, которые в 5 раз больше обычных, можно встретить на прилавках овощных рынков Прованса – они достаточно вкусны и дешевы, хотя не идут ни в какое сравнение с мелкой нонпарелью. Очень ценятся каперсы с мальтийского острова Гоцо – тут их подают практически ко всем мясным блюдам. Иногда в качестве острой пряной приправы используют и засоленные или маринованные молодые побеги каперса, и его незрелые плоды – правда, они довольно редко поступают в продажу. Кроме того, из семян получают пищевое растительное масло.

***Идея.*** Попробуйте желтки вареных яиц протереть сквозь сито и добела растереть с горчицей, сахаром, солью, постепенно прибавляя растительное масло. Затем развести уксусом. В готовый соус положить каперсы и мелко нарубленные яичные белки. Подавать соус к холодной рыбе – осетрине, щуке, лососине и др., а также к рыбе, консервированной в собственном соку.

***Советы.*** Лучше всего каперсы сохраняются в маринаде, хотя в странах Средиземноморья их часто солят и продают вразвес.

Маринованные каперсы – прекрасная острая приправа к супам, блюдам из свинины, птицы, рыбы и почек.

Каперсы, как правило, не проходят длительную тепловую обработку, их добавляют перед самым окончанием варки (например, в солянку), так как при длительном кипячении эфирное масло улетучивается.

Добавляя каперсы, дайте им хорошенько стечь, чтобы излишек уксуса не испортил вкус блюда.

**Кориандр** – считается самой распространенной в мире пряностью, он известен с глубокой древности и выращивается в странах Среднего Востока, в Индии, Китае и Средиземноморье уже около 3000 лет. Упоминание о семенах кориандра (*dhania*) встречается в древних санскритских рукописях, а сами семена были обнаружены при раскопках египетских гробниц. Пряное растение разводили в Палестине, а римляне смесью кориандра, кумина и уксуса натирали мясо, чтобы предохранить его от

порчи. Кориандр был одной из тех горьких трав, которую обязательно полагалось есть евреям на Пасху в память о страданиях народа Израиля в земле египетской. Говорится о кориандре и в Библии при описании манны небесной: «И нарек дом Израиля хлебу тому имя: манна; она была, как кориандровое семя, белая…» [Исход 16:31].

Родиной кориандра некоторые исследователи считают Малую Азию и Средиземноморье, а культивируют его сегодня в Индии, Марокко, Венгрии, Польше, на Балканах, а также в Северной и Южной Америке – прежде всего, в Аргентине. Ученые полагают, что современное название растения происходит от греческого *koriannon*, производного от *koris* – клоп, и связано со специфическим запахом и видом семян (даже в России кориандр иногда называли клоповником). Так появились русское «кориандр», немецкое *Koriander*, итальянское *coriandolo*, французское *coriandre*, португальское *coentro* и испанское *coriandro*.

И все же, несмотря на такое не слишком лестное сравнение, «клоповный» кориандр является чуть ли не самой универсальной приправой в мире. Из его ароматных семян получают эфирное масло для парфюмерии и производства ликеров и джина. В сушеном и измельченном виде их употребляют для ароматизации выпечных (например, в бородинском хлебе) и кондитерских изделий, а также как пряность в молочных супах, колбасах, сырах, тушеном мясе, в маринованной и соленой рыбе (например, в балтийской кильке пряного посола). Семена кориандра улучшают вкус фасоли, чечевицы и капусты, а также входят обязательной составляющей в распространенные по всему миру тюрингские колбасы и турецкие шиш-кебабы.

Кориандр – важнейшая составляющая в индийских пряных смесях-масалах, используют его в эфиопской смеси «бербере» и тунисской «оффак». Очень хорош он в сочетании с чесноком и перцем чили, как часто делают на Карибах. На Востоке кориандр часто включали в различные сласти – например, популярные сегодня в США конфетки *sugarplum* первоначально представляли собой просто засахаренные семена кориандра – оригинальное лакомство, сочетающее сладость и пряную жгучесть, когда-то оно широко продавалось на восточных базарах.

В Греции и на Кипре толченые семена применяют при консервировании оливок, добавляют их в большом количестве в блюда из ягнятины.

В большинстве стран Азии используют и молодые зеленые листья кориандра, их аромат и вкус сильно отличаются от семян. Они незаменимы в салатах, их добавляют в супы, мясные и

овощные блюда, причем никогда не подвергают тепловой обработке. Листья кориандра более популярны в странах Дальнего Востока, чем Ближнего и Среднего, – их очень любят в Таиланде, Вьетнаме и в некоторых регионах Китая, где они украшают чуть ли не каждое блюдо. Значительно реже их употребляют в Малайзии и Индонезии, зато в Индии, на Среднем Востоке и в Юго-Восточной Азии листья используют так же часто, как европейцы петрушку. Индийцы, например, очень любят кориандровую приправу «дхания-чатни» – ее готовят исключительно из рубленных свежих листьев кориандра с йогуртом или тамариндовым настоем и едят обязательно сразу же, так как она плохо хранится. Любят кориандр и в Закавказье – в Армении его зелень известна под названием «кинза», или «киндза»; в Грузии ее называют «киндзи»; в Азербайджане – «кишнит». Любят его и в России.

Очень широко листья кориандра (*cilantro*) используются в латиноамериканской и особенно мексиканской кухне. Настолько широко, что во многих штатах США его стали называть «мексиканской петрушкой» *(Mexican parsley*) и реже – «китайской» *(Chinese parsley)*.

***Идея.*** В бараний фарш добавьте измельченные лук и кориандр, жгучий перец, скатайте шарики чуть больше грецкого ореха, наденьте на шампуры, перемежая ломтиками сладкого перца, и зажарьте над углями.

***Советы.*** Лучше покупать цельные семена кориандра, а перед размалыванием их стоит слегка обжарить на сухой сковороде для полного раскрытия аромата.

Молотый кориандр довольно быстро теряет вкус и аромат.

Корни кориандра можно хранить замороженными или свежими, завернув в ткань, или высушивать.

Листья кориандра нужно обмыть, хорошенько отряхнуть от влаги и положить в закрытую посуду, дно которой устлано влаговпитывающей бумагой. Так они могут продержаться 5–6 дней.

**Корица** (по-русски – уменьшительное от «кора») – высушенный внутренний слой коры коричного дерева вида *Cinnamomum zeylanicum*, растущего в Китае, на Цейлоне и Малабарском побережье Индии.

Голландское название цейлонской корицы *kaneel*, испанское *canela*, французское *cannelle* и итальянское *cannella* родственны латинскому *cannella* (трубочка), что отражает вид высушенной специи. А английское название корицы *cinnamon* и немецкое *Zimt* происходят от латинского *cinnamomum*, в свою очередь

заимствованного из греческого *kinnamomon*, которое вполне возможно имеет семитские корни – древние евреи называли ее *«кинамом»*. Корица неоднократно упоминается в Библии, в частности, когда Господь по секрету поведал Моисею рецепт миро для обряда миропомазания духовных особ: «Возьми себе самых лучших благовонных веществ: смирны самоточной пятьсот сиклей, корицы благовонной половину против того, двести пятьдесят, тростника благовонного двести пятьдесят, касии пятьсот сиклей, по сиклю священному, и масла оливкового гин…».

Корица особенно широко используется на Ближнем и Среднем Востоке и на Севере Африки (от Марокко до Эфиопии). Порошок корицы входит во многие пряные смеси: марокканскую «рас-эль-ханут», тунисскую «галат-дагга» и эфиопскую «бербере». Корица вместе с мускатным орехом, гвоздикой и белым перцем часто включается в состав французской смеси *quatre epices* (четыре специи), используемой в классических рагу из мяса, птицы и овощей, а также в некоторых супах, колбасах и паштетах. В индийской кухне цейлонская корица входит в состав пряных смесей «гарам-масала» и служит одной из важнейших специй при приготовлении плова. Индийские повара обычно обжаривают кусочки корицы в растительном масле, пока они не развернутся (очень значимая деталь для раскрытия всей глубины аромата), а затем уже в благоухающем «коричном» масле жарят овощи или другие продукты.

Теплый чарующий аромат пряности особенно хорошо сочетается с яблоками, грушами и шоколадом, поэтому настоящие гурмэ всегда добавляют в кофе-капуччино щепотку тертого шоколада и корицы. Ее используют для ароматизации напитков, маринадов, печенья, булочек и сладких блюд из творога и фруктов, добавляют в овощные и фруктовые салаты, в блюда из птицы, свинины и баранины. Например, классически приготовленные фаршированные баклажаны или греческое рагу из ягненка просто немыслимы без корицы.

В некоторых европейских странах корицу часто добавляют в домашнее пиво, что, вероятно, пошло от традиции на Рождество угощаться подогретым пивом или вином со специями. Так, например, делают шведы, подавая к рождественскому столу непременный «глёгг» *(glogg)* – разновидность глинтвейна из красного вина, водки или бренди, лимонной и апельсиновой цедры, сахара, корицы, гвоздики, изюма и миндаля.

В России с корицей традиционно готовили молочные супы, оладьи, каши и заливную рыбу, в Закавказье ее добавляли в блюда из мяса, овощей и бобов, клали в супы (например, в харчо

и чихиртму) и в плов из баранины, в Белоруссии сдабривали моченую бруснику, а на Украине применяли при мариновании огурцов и засолке арбузов.

***Идея.*** Готовые сладкие магазинные сухарики посыпьте смесью корицы и сахара и подпеките под грилем.

***Советы.*** Корица применяется для ароматизации соусов, маринадов, кондитерских изделий, варенья, компотов, различных блюд из творога и т. д.

Очень интересный вкус корица придает простокваше, варенцу, кефиру.

Порошок корицы лучше покупать в небольших количествах – он быстро теряет свой вкус и аромат.

Палочки корицы в этом плане гораздо устойчивее, хотя их довольно трудно правильно смолоть.

Порошок корицы добавляют только в самом конце приготовления (не более чем за 10 минут до окончания), так как при длительной тепловой обработке корица придаст блюду неприятную горчинку…

**Кумин (зира)** – специя, произрастающая в Средней Азии, Индии и Иране. Внешне очень похожая на тмин, что часто приводит к путанице во многих кулинарных книгах, особенно переводных. Зира, называемая по-индийски *jeera* и *cumin* по-английски, применяется в основном для мясных блюд, в то время как тмин большей частью употребляется при выпечке. Стоит ли говорить, насколько разные они по вкусу и аромату? Различают зиру черную и желтую. Последняя поступает к нам из Ирана и Индии, часто в молотом виде и продается в любом супермаркете. В узбекских пловах употребляется мелкая, черная зира, которая в диком виде растет в горах

Таджикистана и Киргизии. Можно, конечно, употребить в узбекский плов и индийскую зиру, крупную и чистую, но следует иметь в виду, что по вкусу и аромату эти два вида зиры различаются так же, как, скажем, могут различаться яблоки: ранет и антоновка. Кумин – одна из популярнейших специй мира, особенно распространенная в Латинской Америке, Северной Африке и Азии. Мексиканцы – большие любители *comino* (так здесь именуют кумин), добавляют порошок из его молотых семян вместе с перцем чили в различные маринады, соусы и приправы, а также в знаменитое «чили-кон-карне» *(chile-con-carne)*. В Марокко и Алжире характерный аромат кумина наполняет базары, вьется над лотками уличных торговцев жареными «брошетами» (разновидность люля-кебаба) и пропитывает воздух заведений, где подают магрибский «кускус» – североафриканское блюдо из

специально обработанной пшеницы грубого помола. На Среднем Востоке кумин добавляют в блюда из рыбы, ягненка, курятины и овощей (особенно из баклажанов), а также приправляют им мясное рагу «таджин», приготовленное в переносном глиняном очаге-таджине, которым берберы пользуются уже в течение нескольких тысячелетий. Кумин включают и во многие традиционные для стран Персидского залива жгучие душистые смеси пряностей, например в «бахарат» и «хариссу», а также в египетскую пряную смесь «дукка».

В Средней Азии кумин, известный как «зира», – непременная составляющая плова, часто в смеси с красным перцем, барбарисом и тертым куркумовым корнем. Наиболее широко кумин используют в Индии, особенно на юге страны, где он – типичная специя (одно из его санскритских названий – *sugandhan*, буквально: «хорошо пахнущий»). Очень приятный аромат кумина ярко раскрывается в процессе тепловой обработки, поэтому индийские повара перед употреблением обязательно обжаривают семена в масле вместе с луком или просто на сухой сковороде. Кумином приправляют бобовые (чечевицу), добавляют в освежающие напитки на базе йогурта, а в толченом виде включают в состав индийских пряных смесей «гарам-масала», в бенгальскую «панч-пхорон», а также в южно-индийскую «самбар-поди». Кумин – обязательный компонент североиндийских «тандури» – блюд, приготовленных в глиняном очаге-тандуре.

***Идея.*** Добавьте в натуральный йогурт немного воды, подкислите лимонным соком, добавьте немного соли, шинкованные листья мяты. Перемешайте, налейте в бокалы и посыпьте поверхность напитка измельченным кумином.

***Советы.*** Перед употреблением или помолом семена кумина следует прожарить на сухой сковороде – только так раскроется его очень интересный аромат.

Молотый кумин теряет вкус и аромат буквально за месяц.

**Куркума (турмерик)** – травянистое растение вида *Curcuma longa* семейства имбирных, обладает острым горьким вкусом и сильным мускусным запахом, в котором угадываются ароматы кориандра, укропа, петрушки, корицы и гвоздики. Растет куркума главным образом в тропической Азии, Африке, Вест-Индии и Северной Австралии и с древнейших времен (более 2 500 лет) культивируется в Индии, Китае и Индонезии, откуда была завезена в Среднюю Азию и Грецию. Оранжевый или желтый цвет корня объясняет название куркумы на некоторых европейских языках, например, так произошли голландское *geelwortel* и немецкое *Gelbwurzel* (буквально: «желтый корень»). Английское

*turmeric* восходит к французскому *terre-merite* (от латинского *terra merita* – достойная земля), возможно, потому, что молотый корень турмерика напоминает высоко ценимый минеральный пигмент охру. И, наконец, во многих языках отражено цветовое сходство куркумы с шафраном (чем обычно и пользуются мошенники), например в английском *Indian saffron* и во французском *Safran des Indes* – то есть «индийский шафран». С тем же связано и ее ботаническое название *Curcuma* от арабского *кигкит* (шафран).

Порошок «куркумового корня» в странах Юго-Восточной Азии – непременный компонент различных пряных смесей. А самая «куркумовая» страна, несомненно, – Индия, на ее долю приходится практически весь объем мирового производства и 80 % потребления куркумы. Там она – привычная специя, ведь индийцы пользуются ею уже более 4 тысяч лет. Западная кухня напрямую практически не использует куркуму, хотя она и входит в некоторые стандартные пряные смеси (например, в ту же карри) и применяется для придания ярко-желтого цвета горчице, а американцы окрашивают ею еще и ликеры, маринады, масло, сыры. Исключение составляют, пожалуй, только англичане (испытавшие сильное индийское влияние) – они добавляют куркуму в овощные и мясные блюда, соусы и даже в яичницу.

***Идея.*** Сварите рис и обжарьте его на небольшом количестве растительного масла с добавлением куркумы и семян горчицы.

***Советы.*** Куркума – совсем не стойкий краситель. Если вы испачкали турмериком доску или стол, не расстраивайтесь и не тратьте слишком много сил на оттирание желтых пятен – краска быстро выцветет под действием солнечных лучей.

Именно поэтому хранить порошок лучше подальше от солнечных лучей.

**Майоран** – современные наименования растения на большинстве европейских языков связаны с ботаническим родовым названием *majorana* (большая) – отсюда английское *marjoram*, немецкое *Majoran*, французское *marjolaine*, итальянское *maggiorana* и восходящее к немецкому русское «майоран».

Наибольшее значение в современной кулинарии имеет майоран садовый М. *hortensis c* удлиненными бледно-зелеными листьями, обладающими горьковатым вкусом и мягким приятным ароматом с нотами мяты и шалфея. Это растение в настоящее время широко культивируют во Франции, Чили, Перу и Калифорнии, в Крыму, на Кавказе, на Украине и в Средней Азии.

Срезанная надземная часть майорана (листья, стебель и цветочные почки) в свежем или сушеном виде служит прекрасной приправой, причем листья собирают перед самым началом

цветения – в эту пору их аромат просто великолепен. Свежий майоран наиболее популярен в кухне Южной Европы, так как в странах с более прохладным климатом его аромат значительно слабее. В высушенном виде майоран не слишком частый компонент пряных смесей, хотя вполне может быть неплохой заменой тимьяну.

Одно из главных применений майорана – колбасные изделия, за что немцы называют его *Wurstkraut* – «колбасная травка». Поляки, словаки и чехи не могут представить без майорана вкуса жареного гуся, утки или свинины, картофельного супа, рубца и особенно домашней колбасы.

Классическим считается сочетание майорана с печенкой, прекрасно подходит он к помидорам, баклажанам, грибам, бобовым или капусте, а жареный картофель, от души приправленный майораном, – блюдо, которым не стыдно угостить самого дорогого гостя. Майоран добавляют в салаты, супы, яичные, рыбные и мясные блюда (особенно из ягнятины и телятины). Из пряностей он лучше всего гармонирует с лавровым листом, черным перцем и можжевельником.

***Идея.*** Поджарьте куриную печенку на смеси растительного и сливочного масел, в конце жарки обильно посыпьте сухим майораном.

***Советы.*** Майоран в свежем и сушеном виде добавляют в первые и вторые мясные, рыбные и овощные блюда, заправляют им салаты и ароматизируют уксус.

Аромат майорана очень тонкий и нестойкий, поэтому травку следует добавлять в самом конце приготовления, буквально перед самой подачей.

В фарш рекомендуется добавлять сухой майоран, растертый в порошок.

В изысканные супы и соусы добавляют только настой майорана.

**Можжевельник** – эти ягоды многие века остаются признанной и любимой во многих странах специей и используются поварами еще с библейских времен. В книге Иова о них говорится как о пище самых бедных людей: «…ягоды можжевельника хлеб их» [Иов 30:4]. Сегодня ягоды «распробовали» и богатые, а наиболее широко можжевельник применяют в кухнях стран, расположенных в регионе Альп (лучшие можжевеловые ягоды экспортируют из Венгрии). В продажу они чаще всего поступают в высушенном виде целыми или размолотыми в порошок; их обычно кладут в мясные блюда и соусы (после приготовления соуса целые ягоды вынимают). Из-за

сильного характерного запаха приправу лучше добавлять в небольших количествах – на килограмм мяса не более 8-10 ягод. Следует иметь в виду, что итальянский можжевельник, чаще всего используемый для производства джина, значительно ароматнее своих северных собратьев, и его надо класть еще меньше.

Ягоды можжевельника – лучшая приправа практически к любой дичи, особенно к оленине (в сочетании с черным перцем и майораном), мясу кабана и дикого голубя. Существует интересный способ приготовления – дичину кладут в керамическую посуду, засыпают ягодами можжевельника (сухими или свежими) и оставляют созревать в течение 2–4 дней. Так, например, часто готовят зайчатину: тушку разрезают на куски, в течение суток вымачивают в красном вине с ягодами можжевельника, добавляют в маринованное мясо овощи, приправы и немного бульона, а затем запекают в духовке.

Ягоды можжевельника придают приятную пикантную ноту знаменитому английскому супу из бычьих хвостов *(oxtail soup),* всевозможным рагу из жирной говядины.

***Идея.*** Приготовьте обычный салат из краснокочанной капусты (шинкованная капуста, чуть перетертая с солью и сахаром и заправленная смесью уксуса и растительного масла) и добавьте в него измельченные ягоды сухого можжевельника.

***Советы.*** В закрытой посуде ягоды можжевельника могут храниться довольно долго.

Приготовленные на основе можжевеловых ягод кисло-сладкие желе прекрасно подходят к курятине и свинине, особенно, когда их готовят с яблоками и сидром.

Ягоды можжевельника облагораживают вкус савойской и краснокочанной капусты, свеклы и каштанов.

**Мускатный орех** – семена плодов мускатника душистого, дерева вида *Myristica fragrans,* родиной которого считают Молуккские (Пряные) острова в Индонезийском архипелаге. Немного похожие на абрикос желтооранжевые плоды величиной с куриное яйцо содержат крупное ароматное семя (мускатный орех) с красной оболочкой – ариллусом (присемянником), который в высушенном виде называют мацисом, или мускатным цветом.

Неповторимый аромат и сделал мускатный орех чуть ли не самой известной специей в мире. Когда Колумб поднял паруса своих кораблей и направился к Индии, в списке сокровищ, которые он намеревался привезти в Испанию, был мускатный орех, завезенный в Европу арабскими купцами примерно в XI веке и ставший особенно популярной пряностью в XV–XIX веках. Монополия на его поставку всегда была заветной мечтой любого

европейского монарха, однако широкая торговля мускатным орехом началась в Европе лишь после 1512 года, когда португальские суда достигли берегов Молуккских островов.

Вплоть до 1602 года португальцы контролировали поставки мускатного ореха в Европу, однако на протяжении всего XVII века монополию на торговлю им (так же как и гвоздикой) сумели перехватить и удерживали голландцы.

В продажу мускатный орех поступает в виде круглых плотных ядрышек темного или белого цвета (за счет извести, применяемой для отпугивания насекомых). Тертые ядрышки жгуче-пряного сладковатого вкуса со своеобразным ароматом широко используют в кулинарии многих стран мира. Их добавляют во фруктовые компоты, овощные салаты, блюда из молока, грибов, птицы, овощей (картофеля, шпината, тыквы, брюссельской капусты, брокколи и кабачков). Хорошо сочетается мускатный орех с мясными и рыбными фаршами, паштетами, пудингами и белыми соусами типа французского бешамеля. Поскольку в тертом виде мускатный орех быстро теряет аромат, лучше натирать его перед самым употреблением. В старинной Англии гурмэ носили с собой маленькие серебряные терки, чтобы добавлять свеженатертый орех в еду, подогретое вино, глинтвейн и «посеет» (*posset*) – горячий напиток из молока, вина и сахара (иногда и взбитых яиц), в старину слывший лекарством от простуды на промозглых Британских островах.

Из европейцев самыми большими приверженцами мускатного ореха были и остаются, конечно же, голландцы. Они добавляют его в блюда из капусты, картофеля и других овощей, приправляют им и мясо, и супы, и соусы. Справедливости ради, надо отметить, что в последние десятилетия популярность мускатного ореха заметно уменьшилась, исключение составляют арабские страны и Индия (особенно север страны), где мускатный орех используется как приправа к мясным блюдам.

***Идея.*** Попробуйте добавить молотый мускат в прогретый с обжаренным луком шпинат (вполне подойдет измельченный замороженный) и использовать в качестве фарша для приготовления небольших пельменей (равиоли) или закрытого пирога.

***Советы.*** Мускатный орех закладывают в блюдо перед окончанием тепловой обработки, а в тесто – при замесе.

В тертом виде мускатный орех быстро теряет аромат, поэтому лучше натирать его перед самым употреблением.

**Мята** – род многолетних травянистых растений *Mentha* семейства губоцветных с приятным холодящим вкусом и запахом.

Согласно древнегреческому мифу, нимфа Мента разгневала ревнивую Персефону, жену повелителя подземного царства Аида, и та с проклятьем «чтоб те пусто было!» превратила бедную нимфу в травку, втайне надеясь, что ее вытопчут до основания. Единственное, что оставалось Аиду, – хотя бы наделить травку божественным ароматом, способным остудить гнев и вспышки ревности. Погибнуть за любовь в неравной борьбе с ее худшим проявлением – ревностью… Что может быть романтичнее!

В европейской кухне мята – одна из самых распространенных пряных трав, причем здесь первенство уверенно держат англичане. Они добавляют мяту во всевозможные сладкие и несладкие блюда – она, например, замечательно гармонирует и с мясом, особенно с ягненком (недаром среди горьких трав, которые традиционно сопровождают иудейского пасхального ягненка, присутствует мята). Это вкусовое сочетание весьма популярно в Великобритании, где к жареному ягненку непременно подадут мятное желе, а к баранине – густой мятный соус *(mint jelly* или *mint sauce)*.

И все-таки, настоящую любовь к мяте с самых давних времен испытывали на Востоке. До сих пор на жарком Среднем Востоке мята добавляет «холодку» легкому салату «табуле» из пшеницы-булгур, помидоров, петрушки и лимонного сока. Индийцы широко используют мяту для окрашивания блюд, придания напиткам освежающего вкуса, а также для приготовления мятного соуса-чатни (часто в сочетании с базиликом). Не отказывают себе в мяте в Турции, Азербайджане, Иране, Индии и даже в Болгарии.

От арабов мята в качестве кулинарного наследия досталась испанцам, которые часто кладут ее в блюда с фасолью и цыпленком, а также в традиционную «сангрию» (*sangria*; от *sangre* – кровь) – похожий на компот кроваво-красный напиток из подслащенного сухого вина, пряностей и различных фруктов. В Испании ее подают в кувшинах, разливают по широким бокалам со льдом и пьют по любому поводу, в том числе и во время еды (она, например, дополняет паэлью) – нет ничего лучше для утоления жажды… Скорее всего, именно испанские конкистадоры познакомили с мятой Новый свет. Ее освежающие свойства нашли применение в знаменитом кубинском «мохито» (*mejito*) – мята, лимонный (лаймовый) сок, светлый ром и большое количество дробленого льда (в безалкогольную версию добавляют немного патоки из сахарного тростника).

***Идея.*** Попробуйте приготовить мятный соус к баранине. Нашинкуйте листья мяты, добавьте немного сахарного сиропа и винного уксуса. Или же приготовьте освежающий суп из дыни с мятой – с помощью блендера приготовьте суп-пюре из

охлажденного белого вина и дыни и посыпьте его шинкованной мятой.

***Советы.*** Свежий зеленый листочек садовой мяты – прекрасное ароматическое и вкусовое украшение многих самых затейливых коктейлей.

Мята придаст холодноватую и ароматную нотку любому салату из зелени.

Сушеную мяту необходимо хранить в закрытой стеклянной или фарфоровой посуде в темном и сухом месте.

**Паприка** – порошкообразная приправа из спелого ароматного слабожгучего красного стручкового перца. Мягкую, не жгучую паприку делают из стручков, предварительно удалив семена, такая приправа широко применяется в кухнях Испании, Мексики и стран Балканского полуострова. В Венгрии (откуда и пришло это слово) предпочитают более острую разновидность (семена из стручков не удаляют) *Koenigspaprika*, то есть «королевская паприка». Этот красный порошок придает венгерским блюдам, например гуляшу, яркий цвет, острый вкус и пряный аромат. Забавно, что паприку в Венгрию привезли турки – заклятые враги мадьяр.

Паприка – универсальная приправа, она хорошо сочетается с картофелем, капустой, огурцами, она придаст пикантность грибам.

***Идея.*** Попробуйте положить немного паприки в борщ в конце его варки.

***Советы.*** Хорошая паприка должна быть ярко-красного цвета. Грязно-коричневый цвет говорит о том, что паприку пора выкинуть.

Хранить паприку надо в сухом темном месте – солнечный свет убивает ее вкус и аромат.

**Перец розовый** – это почти зрелые красноватые ягоды южноамериканского дерева вида *Schinus terebinthifolius.* Этот перец обладает чуть смолистым пряным ароматом и сладковатым вкусом – его целые или измельченные розовые ягоды служат украшением салатов, блюд из сырой или маринованной рыбы, фруктовых десертов, мороженого и шербетов, их можно использовать в маринадах и рассолах. В европейской кухне иногда используется в смеси с настоящими горошками черного, белого и зеленого перцев. Однако с розовым перцем» следует быть осторожным – в больших количествах он токсичен. Главный поставщик на европейский рынок – остров Реюньон в Индийском океане.

***Идея.*** Раздавите горошины розового перца скалкой и запанируйте в нем порционные куски рыбы, предназначенные для жарки.

**Розмарин** – название вечнозеленого кустарника рода *Rosmarinus*, чьей родиной считают Средиземноморье, восходит к латинскому *ros marinus* (морская роса) и было дано ему не случайно. Розмарин растет на морском берегу, в брызгах морской пены. Потому-то древние греки и римляне посвящали его Афродите (Венере) и считали, что чудесное растение может сделать человека счастливым, избавить от злых снов и сохранить молодость. В кулинарии используют душистые свежие, а также высушенные, свернувшиеся в тонкие трубочки листья одного из видов розмарина *R. officinalis* и реже – его корень. Свежие слегка горьковатые листья источают более чистый и яркий аромат, напоминающий сложную смесь камфары, эвкалипта, сосны и лимона. Эта довольно популярная во многих западных странах травка особенно распространена в странах Средиземноморья (исключение составляет, пожалуй, Греция), причем пальму первенства прочно удерживают Италия и Франция. Розмарин входит в классические французские пряные смеси «травы Прованса» и «букет гарни», а на его основе готовят ароматный уксус. В отличие от многих трав, розмарин не теряет свой аромат от длительной тепловой обработки, поэтому европейские повара широко используют его при мариновании свинины, баранины и крольчатины, чтобы отбить специфический, характерный для этих видов мяса запах и придать ему своеобразный «лесной» аромат дичи.

Розмарин великолепно сочетается не только с жареным мясом, но и с грибами, яйцами и самыми различными овощами (помидорами, шпинатом, горохом, баклажанами, кабачками, цветной капустой и картофелем), которые в Средиземноморье традиционно готовят на оливковом масле. Его добавляют в соусы и супы, а особенно хорошо он подходит к блюдам из сыра.

***Идея.*** Попробуйте замариновать с розмарином баранину, предназначенную для жарки, или шпигуя баранину морковью, в проколы вначале введите немного розмарина и только затем вставляйте бруски моркови.

***Советы.*** Щепотку розмарина хорошо добавить в винный пунш или яблочное желе.

Не рекомендуется использовать розмарин вместе с лавровым листом, а также добавлять его в рыбные блюда и тонкие маринады – он может «задушить» своей густой камфарной нотой.

Розмарин – одна из самых сильных пряных приправ, поэтому

не стоит им злоупотреблять.

**Тмин** – его родиной считают Евразию, а культивируют его сегодня в Европе (главным образом, в странах с умеренным климатом – Нидерландах, Восточной Европе и Германии), Азии, Америке, Северной Африке и Новой Зеландии. Мировым лидером экспорта тмина считается Голландия, где были выведены лучшие его сорта – неосыпающиеся. Несмотря на свою древность, в Европе это растение было введено в культуру только в начале XIX века, хотя дикий тмин употребляли гораздо раньше. Например, уже в средневековой Англии его семена часто добавляли в кексы, которые так и назывались *caraways* (тминники). В шекспировском «Генрихе IV» деревенский судья Шеллоу приглашает Фальстафа в беседку отведать пепина (сорт яблок) собственной прививки и этих самых тминных кексиков (в классическом русском переводе Е. Бируковой почему-то – «варенья с тмином»): «Нет, вы непременно должны осмотреть мой сад, и там в беседке мы с вами отведаем прошлогодних яблок моей собственной прививки; съедим тарелочку варенья с тмином и еще что-нибудь… А потом в постель…». Англичане ели и корень тмина, как картофель, а в елизаветинскую эпоху тмином уже приправляли практически любые кушанья.

В немецкой (особенно южно-немецкой), а затем и в австрийской, чешской, скандинавской и венгерской кухнях тмин (сначала дикий, так как разводить его стали только в XIX веке) получил наибольшее распространение. Он до сих придает характерный вкус ржаному немецкому хлебу, им сдабривают кислую капусту, засаливают с ним сало и, наконец, посыпают им картофель в мундире. А сочетание тмина с чесноком просто взывает к любимой чехами, немцами и австрийцами запеченной свинине (*Schweinebraten*), о чем писал Ярослав Гашек в «Похождениях бравого солдата Швейка»: «В кухне Балоун не нашел ничего, кроме лежавшей на солонке бумажки с тмином, который он тотчас высыпал себе в рот. Аромат тмина вызвал у него вкусовые галлюцинации поросенка…»[3]. Шведы обязательно добавляют тмин в хлеб, а венгры – в свой фирменный суп «гуляш», хотя часто такой гуляш ближе к австрийскому. Распространен тмин в Прибалтике – например, в Эстонии, где его называют *harilik koomen*, он вообще одна из основных приправ для выпечных изделий, творога и сыров.

***Идея.*** Попробуйте отварить картофель в мундире, остудите его, затем очистите и прогрейте на сковороде со сливочным маслом, тмином и чесноком.

***Советы.*** Хранить семена тмина нужно в плотно закрытых

банках в сухом темном месте.

Для более полного раскрытия аромата семена тмина стоит обжарить на сухой сковороде.

Отваривая капусту, добавьте немного семян тмина, и неприятный капустный дух исчезнет.

**Тимьян** – сотни видов душистого растения рода *Thymus* растут почти по всей Евразии, в Северной Африке, на Канарских островах и даже в Гренландии. Первое письменное упоминание о тимьяне относится к III тысячелетию до н. э. – древние шумеры применяли его как антисептическое средство, а древние египтяне – как один из компонентов в сложном процессе бальзамирования. Латинское родовое название тимьяна происходит от греческого *thymiama* (фимиам, благовонное курение) – греки посвящали его Афродите и воскуряли в храмах богини.

Тимьян великолепен в сочетании с чесноком и вином (неразлучная чета средиземноморской кухни), а лучше всего подходит к рыбе и жареным цыплятам. Его крошечные сердцевидные листочки особенно хорошо подходят к морепродуктам и сладким блюдам. Цитрусовый аромат облегчает восприятие жирной пищи (натуральные эфирные масла вообще способствуют пищеварению), поэтому тимьян рекомендуют добавлять к жаренному на сале картофелю, яичнице, мясным фаршам, копченостям, свинине, баранине, утке, паштетам, грибам, творогу, дичи и сырам, а также в очень небольшом количестве – к печенке, потрохам и телятине.

***Идея.*** Попробуйте долго томить утиные ножки в смеси собственного жира и растительного масла с добавлением тимьяна в начале процесса.

***Советы.*** Хранить высушенный тимьян следует в сухом темном месте в плотно закрытой фарфоровой или стеклянной посуде.

Тимьян полностью раскрывает свой аромат при длительной тепловой обработке, поэтому его кладут в самом начале приготовления.

**Шалфей** – пряное растение родом, скорее всего, из Сирии, откуда оно быстро распространилось по всему Средиземноморью. В результате сегодня около 500 его видов растут практически во всех странах мира и используются в соответствии с местными кулинарными традициями. Наибольшее значение имеет шалфей лекарственный *Salvia officinalis* – его родовое ботаническое название происходит от латинского *salvus* (здоровый, невредимый), что нашло свое отражение и в большинстве

европейских языков.

Узкие овальные серебристо-зеленые чуть горьковатые листья шалфея со слегка лимонно-мятным ароматом обычно высушивают (их аромат от этого многократно усиливается), перемалывают и добавляют в бульоны, яичные блюда, блюда из отварной рыбы, тушеной говядины, свинины, колбасные изделия и сыры, а также используют как альтернативу розмарину в супах и блюдах из кролика, дичи и птицы (например, при фаршировании фазана). В блюда из птицы шалфей кладут обычно англичане и американцы – без аромата шалфея невозможно представить индейку ко Дню Благодарения или рождественского гуся. Итальянцы для приготовления соуса к телятине и пастам обжаривают его листья в сливочном масле, пока оно не приобретет коричневый цвет, а римская «сальтимбокка» (*saltimbocca alia Romana*), возможно, самое известное блюдо, вкус и стиль которого определяет шалфей – куски телятины жарят с острой ветчиной и свежими листьями шалфея и подают под красным винным соусом. Немцы кладут шалфей в блюда из угря и в колбасы, французы – в блюда из свинины и в паштеты, а на Среднем Востоке – чаще всего в салаты. При этом он очень дружен с луком.

***Идея.*** Попробуйте приготовить соус с шалфеем. Для этого отварите до полуготовности несколько больших луковиц, мелко их нарубите, прогрейте со сливочным маслом, шалфеем и толчеными сухарями. Затем добавьте крепкого мясного бульона и проварите до загустения.

***Советы.*** Хранить сушеный шалфей нужно в плотно закрытой стеклянной или фарфоровой посуде в сухом и темном месте.

Шалфей особенно подходит к овощным (жареный картофель, баклажаны) и грибным блюдам. Хорош он и в различных маринадах.

Всего несколько листочков шалфея, добавленных в растительное масло, придадут интересную нотку жареной рыбе.

Шалфей обладает достаточно сильным букетом, и его не стоит сочетать с тонкими травами и специями. Лучше всего он раскрывается в компании с луком, чесноком и зеленым перцем, особенно для мясного жаркого.

Будьте осторожны! От передозировки шалфея блюдо приобретет неприятный затхлый вкус.

**Шамбала, пажитник греческий** (*fenugreek*) – травянистое пряное растение семейства бобовых, растущее в Средиземноморье, Африке и Индии и издавна культивируемое в Египте и Индии. Листья и нежные стебли шамбалы, которые

обычно добавляют в салаты, супы и соусы, имеют приятный аромат и слегка горьковатый вкус, похожий на вкус шпината, а очень твердые, трудно размалываемые плоские коричнево-бежевые ромбовидные семена со сладковатым вкусом обжаривают в масле и широко используют как пряность в индийских овощных блюдах (особенно из картофеля и баклажанов) и блюдах из бобовых. В последнее время во многих европейских странах, где пажитник раньше использовался в основном для ароматизации зеленого сыра, все большую известность приобретает использование в салатах его проращенных семян с приятным пикантным вкусом. В русской кухне шамбала практически не применяется, однако она растет в некоторых районах и широко распространена в Армении под названием «чаман». Семена шамбалы придают ореховый привкус кушаньям, поэтому в некоторые овощные блюда вместо шамбалы можно добавить слегка поджаренный и измельченный фундук.

***Идея.*** Промойте лимоны и нарежьте на дольки. Положите в дуршлаг и посыпьте солью. Оставьте их на сутки.

Обжарьте семена пажитника и горчицы, пока они не начнут потрескивать. Затем растолките их в ступке. Очистите лимоны от крупинок соли и положите их в стерилизованную банку вместе со специями. Добавьте лавровый лист, залейте растительным маслом так, чтобы оно покрывало лимоны, и закупорьте банку. Лимоны будут готовы через 3 недели. Они могут простоять 3–4 месяца в закрытой банке. Едят у консервированных лимонов только цедру, мякоть выбрасывают.

***Советы.*** Поступающий в продажу готовый порошок часто горчит, поэтому лучше использовать свежемолотые семена.

Чтобы аромат пажитника раскрылся во всей красе, необходимо перед употреблением обжаривать семена на сухой сковороде.

Обжаривая семена пажитника, не давайте им покраснеть, иначе специя будет горчить.

**Шафран** – его родиной считают Средиземноморье, Малую Азию и Персию, а главным местом его выращивания была Киликия в Малой Азии. Уже в X веке пряность вовсю разводили в Испании мавры, примерно с того же времени шафран упоминается и в английских травяных лечебниках. Однако на какое-то время он выпал из круга европейских интересов, пока крестоносцы вновь не открыли шафран для Европы.

Арабы завезли шафран и в Китай, где он попал на благодатную почву. Китайцы в XI веке называли шафран «золото юй» («под пологом светлым дымок благовонный курений из

„золота юй“») и так описывали диковинную пряность: «Цветы его раскрываются в девятую луну, и обликом они подобны лотосу. Они темного лилово-синего цвета, и их аромат чувствуется за несколько десятков шагов…». Сегодня без шафрана немыслимы и французский буйабес, и испанская паэлья, и итальянское ризотто. Индийские повара кладут шафран (*kesar*) в бирияни с бараниной или курицей, в сласти и в традиционный напиток ласси.

Известен был шафран и на Руси. Уже в «Домострое» он упоминается как одна из самых любимых пряностей в таком вот вкусном перечне: «уха шафранная да простая, студни рыбные с шафраном, грудинка баранья с шафраном на вертеле, печень баранья, просветленная с перцем и с шафраном, тетерка под шафраном, потрох лебяжий с шафраном, шейка лебяжья с шафраном, журавли и цапли с подливой шафранной, куры с рисом в шафране, мазуни с инбирем, с шафраном, с перцем…».

Шафран – самая дорогая в мире пряность, занесенная за дороговизну в книгу рекордов Гиннесса; средняя стоимость унции (около 30 г) колеблется от 150 до 200 долларов. Процесс получения шафрана неимоверно трудоемок: цветки собирают вручную (лучшее время для сбора – 10–11 часов утра), с каждого отрывают три рыльца, затем их расстилают тонким слоем (не толще 1 см) на подносах, закрывают и сушат подогреванием (в идеале на углях) в течение нескольких часов, потом крышку снимают и продолжают сушить в открытом виде, пока рыльца не станут ломкими. Для производства всего 1 кг приходится вручную собрать и обработать около 150 000 цветков. Утешает только то, что на блюдо из четырех человек вполне хватает буквально нескольких рылец, а те «безумные» дозы шафрана, которые встречаются иногда в старинных европейских рецептах, – скорее символ богатства, чем приправа.

***Идея.*** Попробуйте засолить филе семги или форели, взяв соль и сахар в соотношении 3: 1 и смочив эту смесь водочным настоем шафрана, перед тем как распределить ее по филе рыбы.

***Советы.*** Порошковый шафран – чаще всего подделка (в порошке его действительно легче подделывать), поэтому покупать лучше всего целые рыльца.

Рыльца шафрана можно отличить от подделок, опустив в теплую воду с добавкой 1,25 % концентрации аммиака, – они хорошо растворяются.

Для увеличения веса рыльца иногда покрывают глицерином, придающим шафрану сладковатый вкус, и неискушенный покупатель может даже посчитать это признаком хорошего качества пряности.

Шафран лучшего качества – темно-красный или красно-

коричневый и мягкий на ощупь.

Не покупайте шафран впрок – при старении он бледнеет, высыхает, становится хрупким и в значительной степени утрачивает свой аромат.

Шафран действительно слишком дорог для того, чтобы просто посыпать им блюдо, как солью или перцем. Поэтому приведем несколько полезных советов по его более рациональному и экономному использованию.

Разотрите рыльца в маленькой ступке, залейте кипяченой водой и через 24 часа процедите сквозь марлю. Этой шафранной водой (а не самим порошком) гораздо удобнее приправлять блюдо – оно будет окрашено более равномерно.

Другой метод предпочитают в Иране и Индии: специю растирают в порошок, разводят небольшим количеством молока (через полчаса молоко приобретает глубокий цвет яичного желтка) и только после этого добавляют в различные блюда.

Еще лучше бросить щепотку шафрана (примерно 1 г – два стандартных пакетика) в пол-литровую бутылку водки, в ней шафран растворяется лучше, чем в воде. Но помните, что это не для возлияний, а для ароматизации…

**Эстрагон** – многолетнее травянистое растение вида *Artemisia dracunculus* семейства полынных, родиной которого считают Монголию. Родовое имя *Artemisia* связано с греческой богиней луны Артемидой и дано за серебристый (лунный) цвет узких длинных листьев. Однако есть мнение, что название всему роду полыней было дано в честь другой ипостаси Артемиды – защитницы дев, так как некоторые виды обладают абортивным действием.

Свежие листья эстрагона обладают нежным пряным ароматом и острым пикантно-терпким вкусом. Французы почтительно именуют эстрагон «королем трав» и обязательно включают в смесь душистых трав фин-эрб и в такие известные соусы, как беарнез и тартар. Гастрономы многих стран добавляют листья эстрагона в салаты, мясные и рыбные супы, яичные блюда, соусы, горчицу и уксус, а молодые побеги подают как свежую зелень. Аромат свежего эстрагона великолепно подчеркивает тонкий вкус блюд из птицы и различных соусов на базе майонеза и сметаны; очень хорош он в салатах с каперсами. Как пряная зелень эстрагон широко используется при консервировании огурцов, кабачков, патиссонов, тыквы, помидоров, цветной капусты, спаржи и незаменим при приготовлении любых домашних солений, маринадов и даже горчицы. Всего несколько веточек эстрагона придадут своеобразный и очень приятный вкус

заготовкам из грибов и помидоров. Высушенный эстрагон тоже неплох. Одна из самых распространенных в кухне Средиземноморья приправ – настоянный на эстрагоне уксус *(tarragon vinegar*), в течение всего года его можно использовать в качестве ароматической и вкусовой добавки к майонезам, салатам и особенно к рыбным блюдам и морепродуктам. Правда, в США в бутылки с травяным уксусом часто кладут другое растение, которое американцы иногда называют «зимний эстрагон» *(«winter tarragon»);* на самом деле это разновидность бархатцев, или тагетеса *(marigold)*.

Важным моментом, не отраженным, на наш взгляд, в литературе, является вопрос сочетания специй между собой в одном блюде. Вопрос, конечно, тонкий: а вдруг, если много специи А не сочетается с малым количеством специи В, при обратном сочетании, то есть мало А и много В, блюдо «заиграет»?

Но стоит все же попробовать привести примеры допустимых сочетаний, имея в виду, что это всего лишь частное мнение:

Эстрагон – анис.

Корица – анис – гвоздика.

Зира – кориандр – чеснок.

Зира – орегано – чеснок.

# О соусах холодных

## Домашний майонез

Сразу нужно сказать, что майонез – это не какое-то чудо, это всего лишь один из холодных соусов, которых существует на самом деле много. Майонез, тем не менее, как-то выделился среди всех холодных соусов и стал называться сам по себе. Это как случай, который произошел с ксероксом, когда компания, первая (или одна из первых) придумавшая копировальный аппарат, называлась «Ксерокс». С тех пор любой копировальный аппарат, который может быть сделан разными производителями, мы называем ксероксом, по марке той самой первой компании.

Как бы сегодня мы ни относились к майонезу, на самом деле это соус удачный. Он по всем параметрам хорош, просто-напросто его «заездили», он превратился в соус, который стал символом безвкусицы, кажущегося обилия еды, стал применяться где попало, там, где надо, и где не надо. Сегодня к нему отношение не очень хорошее. И все-таки это удачное кулинарное изобретение, возможно, одно из великих кулинарных изобретений.

Все мы время от времени испытываем тягу как-нибудь использовать майонез в приготовлении еды, но, вместе с тем, всем нам хочется приготовить майонез свой, домашний. Скажем сразу, что в домашнем майонезе есть некоторые «подводные камни», в частности, домашний майонез всегда более жирный, чем майонез покупной. Потому что промышленные предприятия, выпускающие майонез, способны благодаря добавкам делать его менее жирным, то есть, проще говоря, «вбить» в майонез больше воды, тем самым уменьшив количество жира. В домашних условиях нам не удастся так сделать, у нас нет специальных веществ, поэтому мы вынуждены делать майонез жирным.

Заметим, что не так уж правильно считать растительное масло, которое, в сущности, является главным ингредиентом майонеза, таким уж здоровым продуктом. Смотря, конечно, какое питание вообще считать здоровым, но, вместе с тем, надо понимать, что калорийность растительного масла, вы удивитесь, выше, чем калорийность масла сливочного. Выводы делайте сами.

Начнем с того, что по своим физико-химическим свойствам майонез – это типичная эмульсия. Эмульсия масла в воде, когда жировые шарики очень равномерно распределены в какой-то жидкой базе, не жировой. И поскольку эмульсия имеет

обыкновение расслаиваться на составляющие, в частности на жир и то, что «не жир», нам нужно постараться как-то этого избежать.

Так вот, дома, когда мы готовим майонез, у нас нет специальных химических веществ, которые добавляются на предприятиях, чтобы майонез был стабильным и никогда не расслаивался. Но, тем не менее, в домашних условиях мы в состоянии сделать так, чтобы майонез не расслаивался и чтобы он какое-то время мог храниться в холодильнике. Обращаем ваше внимание: домашний майонез, в отличие от промышленного, долго хранить в холодильнике нельзя, в нем нет так называемых консервантов.

Итак, мы уже усвоили, что майонез – это эмульсия, усвоили, что он более жирный, чем промышленный, теперь вместе примемся за дело. Прежде всего, нужно понимать, что майонез – это желтки, сырые желтки. Вот здесь кроется определенный риск, связанный с тем, что всякое блюдо, приготовленное с сырыми яйцами, имеет потенциальную опасность для нас в виде сальмонеллеза. Современные птицефабрики максимально защищены от него, но неожиданности, увы, бывают. И это мы должны учитывать.

Но для того, чтобы снизить риски попадания сальмонеллы к нам в организм, мы должны яйца хотя бы помыть. Яйца моют в теплой в воде со щеточкой, может быть, даже с мылом, потом промывают скорлупу. Надо понимать, что, если сальмонеллез в яйцах есть, то он как раз не внутри них, а снаружи, если быть более точным. Сальмонелла может жить на скорлупе, поэтому, когда мы яйца помоем, мы в некотором роде себя сможем обезопасить, а уж потом будем отделять белки от желтков.

Что касается рецептуры майонеза, то здесь не нужно ничего запоминать. Важно знать, пожалуй, только одно. Поскольку майонез – это эмульсия, здесь эмульгатором, то есть веществом, базой, которая будет удерживать жир (растительное масло), является желток. Поэтому мы должны рассматривать способность желтков удерживать в себе растительное мало. Один желток способен удержать примерно 100 мл растительного масла, это уже некий «потолок». Если в желток налить больше растительного масла, появляется вероятность того, что готовый продукт будет быстро расслаиваться. Вот, что нам надо запомнить.

Итак, вы положили в миксер желтки, и вот теперь – важный момент. Желтки нужно не только размешать и начинать подливать в них растительное масло, желтки необходимо взбить, чтобы в них сначала появились крупные пузырьки, а потом эти пузырьки стали меньше. При этом взбивать желтки необходимо

не просто так, а с определенной дозой горчицы, обычной горчицы из банки, то есть не сухого порошка, а уже готовой горчицы. Горчица, наряду с желтками – это тоже хороший эмульгатор, она противодействует расслаиванию эмульсии, поэтому, если вы взяли несколько желтков, например 3 желтка, можно положить 1 ч. ложку, чуть больше, горчицы из банки и все это вместе взбивать до исчезновения крупных пузырьков. Когда желтки заметно взобьются, они станут светлее, и только после этого можно наливать растительное масло.

Вы знаете, что майонез предполагает добавление сахара и соли, так как эти вещества в балансе усиливают вкус. Сахар и соль можно добавить в момент взбивания желтков с горчицей, а после этого уже тонкой струйкой вливать растительное масло, то количество, которое вы уже умеете определять. Миксер должен работать на мощных оборотах, чтобы эффективно вбивать растительное масло в желтки и образовывать эту самую эмульсию. Через некоторое время, когда желтки возьмут какое-то количество масла, его можно наливать более толстой струйкой, это уже будет работать. Так мы просто сэкономим время.

Заметим, майонезы могут быть разными по консистенции – более жидкими, когда там меньше масла, и более густыми, когда масла там больше. Вот в этом заключается парадокс, который нужно понимать, а именно: чем больше масла вы льете в майонез, тем гуще он будет. Казалось бы, все должно быть наоборот, чем больше масла мы льем, тем жиже должен получиться майонез, но таковы особенности эмульсии.

Итак, когда вы достигли нужной консистенции майонеза, его нужно подкислить – это финальная стадия в приготовлении соуса. Майонез можно подкислять любой пищевой кислотой: лимонный сок, уксус спиртовой, уксусы винные, какие угодно, но только светлые.

Ведь цвет у майонеза – светло-желтый, поэтому не стоит добавлять в него красный винный уксус, не стоит лить и бальзамический, это может испортить цвет продукта. Впрочем, если кому-то хочется облагородить майонез, дать ему кислинку именно красным винным уксусом либо бальзамическим, этого запретить никто не может. В конце концов, речь только о цвете майонеза, а не о его вкусе.

Нужно также принять во внимание, что когда вы наливаете в майонез кислоту (лимонный сок, светлый уксус), майонез становится заметно светлее. Это нормальное явление, и пугаться его не нужно. Собственно, после этого майонез готов.

Уместно добавить немного сахара. В рецептах это не указывается, но следует помнить, что такие вещества, как соль и

сахар, помогают проявлять вкус прочих составляющих ингредиентов вообще – в блюдах ли, в продукте, где угодно. Соль добавляется в майонез, естественно, по вкусу.

При приготовлении домашнего майонеза возникает еще один немаловажный вопрос: а как использовать сырые белки, которые неминуемо остаются? Не выбрасывать же их. Целесообразно изготовление майонеза в домашних условиях совместить с приготовлением иного блюда с использованием оставшихся белков. Напрашиваются, конечно, меренги (см. соответствующий раздел этой книги). Можно использовать белки в качестве ингредиентов для салата. Их можно, в конце концов, выложить на разогретую сковороду, смазанную небольшим количеством растительного масла, и запечь в духовке. Получится такая белковая масса, которую можно нашинковать и добавить в какой-либо салат, в тот салат, конечно, в рецептуру которого входят крутые яйца.

Таким образом, подводя итоги, нужно запомнить следующие правила приготовления майонеза:

1. Один желток способен удерживать до 100 мл растительного масла.

2. Прежде чем наливать в желтки масло, их нужно хорошенько взбить с горчицей, сахаром и солью, что обеспечит стабильность эмульсии.

3. Чем больше вы льете масла в майонез, тем гуще он будет. Это нужно всегда помнить.

4. Добавление в майонез кислоты осуществляется на последнем этапе, и кислота майонез всегда осветляет.

## Салатные заправки

Теперь о салатных заправках. Право же, не стоит приуменьшать их значения. Как правило, в салатной заправке есть растительное масло, кислота (уксус или лимонный сок) и специи. Поэтому заправка очень сильно влияет на вкус салата, делая его более сочным, блестящим. И, кстати, именно заправка часто дает салату название.

Основная заправка – это так называемый соус «винегрет», который достаточно подробно был рассмотрен выше в параграфе о салате с таким же названием. Эта классическая заправка в кулинарной среде называется «французской». Есть еще одна заправка, связанная с названием страны, – «итальянская». Аналогично «французской» – уксус и оливковое (растительное) масло, измельченный чеснок, свежая или сухая зелень душицы (то, что называется орегано), и все это часто с добавлением

измельченных вяленых томатов. Можно выделить и «греческую» заправку – чаще всего это французская база с измельченным луком или же заправка на основе йогурта с оливковым маслом, чесноком и мятой.

В последнее время мы получаем все больше и больше вопросов, связанных с использованием так называемого бальзамического уксуса в качестве ингредиента для салатных заправок.

Бальзамический уксус, пожалуй, самый дорогой. Эту ароматную темно-коричневую чуть сладковатую жидкость производят в области Эмилия-Романья, на севере Италии, из сока высококачественного винограда сортов Треббиано, Ламбруско и Санджовезе. Сок бродит под действием плесневого грибка – он появляется сначала в виде легкой пленки на поверхности, а затем проникает все глубже, формируя толстую складчатую (морщинистую) липкую кожицу, называемую *Madre dell'Aceto* (мать уксуса). Далее уксус сгущается нагреванием, увариванием и длительным созреванием в бочках разного размера и из разных пород дерева – дуба, каштана, ясеня, вишни, яблони, шелковицы или можжевельника. В старину бочки с уксусом устанавливали на чердаках, где они сильно нагревались под лучами жаркого солнца, а сегодня в хорошо вентилируемых подвалах искусственно поддерживают повышенную температуру. В результате на свет появляется густая сиропообразная жидкость цвета темного янтаря с кисло-сладким вкусом и неповторимым ароматом со сложным, чуть карамельным букетом.

Гурманам этот уксус обходится довольно дорого, и это легко объяснимо – изготовление бальзамического уксуса можно отнести скорее к философии, чем к ремеслу. Более трехсот семейств (в том числе этим занимался и великий тенор Лучано Паваротти) с неусыпным вниманием следят за судьбой благородной влаги, терпеливо наблюдают ее вызревание и с замиранием сердца ждут приговора комиссии из специально избранных чародеев и кудесников – только она может присвоить уксусу высокое бальзамическое звание.

По 400-балльной системе определяются три категории его качества: *tradizionale* (традиционное качество), *qualita superiore* (высшее качество) и *extra vecchio* (особо выдержанное качество). Бальзамический уксус, который можно встретить в обычных магазинах, в основном, коммерческий пастеризованный продукт, его возраст колеблется от 3 до 10 лет. (Не спешите становиться снобом – частенько попадаются великолепные экземпляры). Сорта с большим сроком выдержки – более концентрированные, поэтому их следует добавлять в блюда в очень малых дозах

(обычно хватает буквально нескольких капель). Истинные ценители даже пьют его из крошечных рюмочек как «дижестив», или целебный эликсир. Так делали еще в эпоху позднего Средневековья и Возрождения – тонкий изысканный уксус восхваляли как напиток и даже как лекарство от чумы. А Лукреция Борджа, скучая с муженьком, герцогом д'Эсте, развлекалась тем, что лечила бальзамическим уксусом и тело, и душу. В документах от 1556 года из архивов д'Эсте говорится, что уксусы в коммерческих целях классифицировались так: *da agresto* (терпкий*), per cucina* (для кухни), *da tavolo* (столовый*), per gentiluomini* (для благородных господ). Но только в XVIII веке вошло в употребление определение *balsamico* (бальзамический) – то есть схожий с благоуханием целебных бальзамов.

Так вот, бальзамический уксус для приготовления заправки смешивают с оливковым маслом в таком же соотношении, как и обычный уксус аналогичной концентрации (обычно «бальзамики», как коротко называют эту группу уксусов, имеют 6 %-ную концентрацию). И, собственно, все перечисленные в этом разделе заправки могут быть приготовлены не только с винным уксусом, но и с бальзамическим.

Далее будут приведены ингредиенты некоторых распространенных салатных заправок. Ингредиенты будут приведены по принципу убывания, то есть от самого большего по массе к минимально используемому Такой принцип описания заправки вполне оправдан и соответствует концепции книги.

Оливковое масло – уксус – горчица – паста из анчоусов.

Оливковое масло – уксус – горчица – шинкованное крутое яйцо – пюре из отварной свеклы – паста из анчоусов.

Оливковое масло – сыр типа Рокфора – уксус.

Оливковое масло – уксус – горчица – пюре из авокадо.

Оливковое масло – вустерский соус – табаско.

Оливковое масло – песто – уксус.

Оливковое масло – уксус – пюре из печеного чеснока.

Оливковое масло – уксус – измельченный свежий имбирь – мед – порошок карри.

Соевый соус – рисовый уксус – кунжутное масло.

Оливковое масло – сметана – сок лайма – шинкованная зелень кинзы – молотая зира.

Оливковое масло – мед – уксус – пюре из красного лука – мак.

## Песто по-генуэзски

Отдельно хотелось бы рассказать еще об одном холодном

гранде от соусов – песто. Это признанный итальянский холодный соус из зеленого базилика. По классическому способу для песто используют рубленый свежий базилик, чеснок, оливковое масло, орешки пинии (итальянской сосны) и тертый пармезанский сыр (в некоторых современных версиях в него добавляют еще петрушку, листья кориандра или мяту). Базилик, соль, чеснок и орешки для соуса толкут в мраморной ступе мраморным же пестиком вручную (даже само название соуса, похожее на русское «пестик», связано с итальянским словом *«pestare»* – толочь в ступе), после чего добавляют острый сухой сыр (обычно равные количества пармезана и пекорино) и оливковое масло первой выжимки. Песто родился в Генуе, что объясняет итальянский кулинарный термин *«allageno-vese»* (по-генуэзски) – так называют все блюда, подаваемые с песто. В Лигурии, где каждый город гордится собственной вариацией на классическую тему, соус можно найти в любом доме, в самом элегантном ресторане и в самой захудалой остерии. Лучше всего он подходит к «пастам» (макаронным изделиям), вареному или жаренному на гриле мясу. В Италии его могут просто поставить на стол со свежим белым хлебом. Прекрасная закуска!

| Ингредиент | По объему |
|---|---|
| Базилик | 100 г |
| Тертый пармезан | 20 г |
| Чеснок | 1–2 зубчика |
| Орехи пинии | 20 г |
| Твердый овечий сыр (тертый) | 20 г |
| Ядра грецки орехов | 20 г |
| Петрушка | 10 г |
| Масло оливковое | 100 мл |
| Крупная соль | 5 г |

Это самый классический и, пожалуй, самый известный тип песто. Используется для заправки различных видов макаронных изделий, а также для приготовления лазаньи.

*Приготовление.* Моем зелень и даем ей обсохнуть. Чистим чеснок. В миксер (или в ступку) выкладываем соль (крупная соль, как считается, способствует сохранению ярко-зеленого цвета соуса), зелень и чеснок. Добавляем грецкие орехи и орехи пинии. Если нет орехов пинии, их можно благополучно заменить кедровыми орешками. Для того чтобы у соуса был более выраженный вкус, можно предварительно обжарить в духовке орехи пинии в течение 3–4 мин, не добавляя масла.

Прокручиваем все ингредиенты (или толчем их) до тех пор, пока они не превратятся в однородную массу. Добавляем туда сыры. Если нет овечьего сыра (peccorino) – не беда, его можно заменить таким же количеством пармезана. Теперь, постоянно помешивая, постепенно добавляем масло. Если вы используете миксер, то включайте его на минимальную скорость, чтобы масло не разогревалось, иначе соус потеряет во вкусе. Теперь перекладываем песто в мисочку и ставим в холодильник. Можно хранить его неделю, а то и две, в закрытом сосуде.

# О горячих соусах

Значение соуса трудно переоценить. Бытует расхожее мнение: архитектор прячет свои оплошности за фасадом, врач – в земле, а повар – под соусом. Если с первыми двумя утверждениями еще можно согласиться, то с последним нельзя. Соусы призваны обогатить вкус блюда, подчеркнуть его, сделать блюдо более сочным, разнообразить цветовую гамму. Очень часто название блюда определяется видом или конкретным наименованием соуса. Соусы несут и функциональную нагрузку, например, в случае, когда блюдо запекают под соусом. Часто удачно подобранный соус помогает сбалансировать блюдо и по калорийности: например, яично-масляный эмульгированный соус сделает более калорийным блюдо из отварной спаржи или цветной капусты, а низкокалорийный томатный соус, приготовленный на овощном бульоне, не добавит калорий в блюдо из свинины.

Один из самых распространенных соусов – это бешамель, о нем написано в разделе «Фарши для пирожков». Соус этот является базовым – на его основе можно приготовить множество разновидностей: с луком, томатом, горчицей, грибами, тертым сыром. Количество добавок определяется по вкусу, соотношения в данном случае неуместны. Ниже подробнее рассмотрим томатный соус, соус карри и голландский. Это три образчика принципиально разных соусов.

## Томатный соус

Начнем с томатного. Речь пойдет об итальянской концепции этого соуса. Схема проста – на оливковом масле обжаривают до прозрачности измельченный лук, добавляют шинкованный чеснок, все жарят вместе еще немного и добавляют, как правило, консервированные в собственном соку (или кусочки в собственном соку) очищенные от кожицы помидоры (вместе с соком). Все тушат достаточно долго, добавляют специи, еще немного готовят и затем протирают. Важно представлять себе соотношение ингредиентов. Можно «привязаться» к форматам банок – самые распространенные из них: 370, 680, 720 мл. Как видно, два последних практически одинаковы, а первый – в 2 раза меньше. Так вот, на банку помидоров объемом примерно 700 мл нужно взять 3 ст. ложки оливкового масла, 2 среднего размера луковицы, 5 зубчиков чеснока, немного сахара, соль. Использование соуса весьма универсально – в горячем виде ко

всем горячим же продуктам; в холодном виде – к горячей и холодной еде (для пиццы, лазаньи и т. п.).

## Соус карри

Вначале немного о самой смеси, которая называется «карри». Одно только слово «карри» у человека, прочитавшего пару рассказов Киплинга (в основном, историю Маугли), способно вызвать образ экзотической восточной страны с ее пряными ароматами и острой пищей… Однако, как это ни прискорбно, но английское слово *«cuny»* стало источником великой кулинарной мистификации, связанной с традиционной индийской кухней. Знаменитая пряная смесь – типично британское изобретение, позволяющее с минимальными усилиями имитировать вкус индийских кушаний. Англичане просто стали называть словом «*curry»* придуманную ими же готовую составную пряную приправу, постаравшись при этом создать квинтэссенцию специй, способную придавать блюдам «типичный индийский вкус». Тем не менее, в XIX веке (во времена колонизации Индии) «классическая индийская» смесь стала невероятно популярной сначала в английской кухне, а затем и во всем мире. И поскольку спрос рождает предложение, по всему свету (в том числе и в самой Индии) появились многочисленные готовые «карри», которые, по утверждению создателей, «придают вашим блюдам неповторимый вкус и сказочный аромат Востока».

В 1889 году во время Парижской выставки был даже опубликован «официальный» (и, естественно, секретный) рецепт порошка карри *(curry powder),* ставший на некоторое время своеобразным западным ГОСТом (вес ингредиентов приводится в граммах, килограммах или тоннах – как вам удобнее): тамаринд (34); сухой лук (44); кориандр (20); перец чили (5); куркума (3); тмин (2); шамбала (3); черный перец (2) и зерна горчицы (2).

Идея без трудов и хлопот пользоваться готовой смесью была мгновенно подхвачена широкими массами, и сегодня в западных магазинах можно найти уже два варианта готового порошка карри: довольно мягкий – *standard,* и более жгучий – *madras.*

Сегодня во многих западных кулинарных книгах приводится примерно такой вариант «классического» порошка карри – можете (ради эксперимента) воспользоваться: ½ чашки куркумы (турмерика); ½ чашки молотого кориандра; 2 ст. ложки кардамона; ¼ чашки черного перца; 1 ст. ложка кайенского перца; 1 ст. ложка молотого имбиря; 1 ст. ложка кумина; 1 ст. ложка порошка лука; 1 ст. ложка сельдерейного семени; 1 ст. ложка тертого мускатного ореха; ½ ст. ложка молотой гвоздики; ½ ст.

ложки корицы. Все хорошенько перемешать.

Можно отважиться на собственные эксперименты, добавляя семена фенхеля, тмин, базилик, сухую горчицу, мацис, порошок чеснока, душистый перец, горчичные зерна, тимьян.

Впрочем, если в продаже появилась какая-то принятая поварами пряная смесь, почему бы с ней не готовить? Хотя, конечно же, английский «секретный индийский порошок» даже в первом приближении не годится не только в подметки, но и в набойки подлинным индийским свежесмолотым пряным смесям, которые сами индийцы называют «масалами» и составляют, главным образом, из зиры, кориандра, черного перца, перца чили (завезенного в 1525 году в эту страну португальцами) и шамбалы. Английское слово *«curry»* происходит от индийского «*khari*», восходящего, в свою очередь, к тамильскому *«кап»* – «соус, суп». Так на Востоке называют совсем не приправу, а приправленное специями или пряными смесями-пастами блюдо, причем в Южной Индии это обычно довольно жидкое пряное овощное рагу.

Англо-индийская мистификация с пряными смесями карри принесла и определенную пользу. Во-первых, готовые и разумно составленные смеси пряностей никому еще не вредили, а во-вторых, теперь довольно просто приготовить пусть даже и не совсем индийское, но, несомненно, экзотическое блюдо в индийском стиле.

Теперь к делу. Хороша версия соуса карри, основанная на яблочной базе. За точку отсчета можно принять 500 мл яблочного сока. На это количество сока нужно взять два небольших яблока, одну луковицу, пять зубчиков чеснока, один банан, неполную столовую ложку томатной пасты и, наконец, столовую ложку порошка карри. Яблоки, банан, лук, чеснок нужно очистить, произвольно нарезать и слегка обжарить на растительном масле, затем добавить порошок карри, прогреть 1–2 мин при интенсивном помешивании и добавить томат, греть еще минуту и все залить соком. Тушить до мягкости фруктов и овощей, затем соус нужно протереть. При необходимости можно подрегулировать консистенцию яблочным соком. Таким образом, нужно понимать, что когда нам предстоит готовить что-то густое, в данном случае соус, который будет протерт, нам лучше приготовить соус гуще, чем требуется, и просто разбавить его жидкостью. Если мы получим после протирания жидкий соус, нам придется повозиться, чтобы сделать его гуще. Вообще говоря, нужно понимать, почему соусы должны быть не жидкими, а густыми. Принято ведь кусочек основного продукта (мяса ли, рыбы, овоща…) окунуть в соус и съесть. Если соус будет жидким, то он не сможет задержаться на продукте, поэтому соусам и

придают густоту разными способами.

Об этом следует поговорить отдельно. Ведь часто бывает так, что когда мы тушим мясо, то жидкость от тушения уместно превратить в соус. Самый распространенный способ загустить горячий соус – добавить в него разведенную в холодной воде (молоке, вине, если это уместно) муку. Это эффективно, но приходится достаточно долго кипятить соус, чтобы исчез вкус сырой муки. Можно придавать густоту соусам с помощью крахмала. Более эффективно добавлять в соус муку, прогретую со сливочным маслом, в этом случае вкус сырой муки исчезает при прогревании. Для этого берут одинаковые по объему количества муки и сливочного масла, муку прогревают с маслом до чуть кремового цвета и потом используют.

Соус можно загустить и просто сливочным маслом. Для этого очень холодное масло нарезают небольшими кубиками и постепенно вводят в соус при интенсивном помешивании, в этом случае соус должен быть горячим, но не кипеть. Масло образует эмульсию с жидким соусом, и он густеет. Хорошо придавать соусам густоту с помощью жирных сливок (жирность 33–35 %), для этого сливки вводят в жидкий соус и все вместе выпаривают до загустения. Если вы хотите сделать соус пикантным, добавьте обычной горчицы из банки.

## Голландский соус

Теперь о третьем заявленном соусе – голландском. Это эмульсионный соус, очень нежный и подходящий, прежде всего, к рыбе и овощам. Приведем и версию голландского соуса, которая уже носит название «беарнский» и является более острой, подходя к жареному мясу. По сути, голландский соус – это теплый майонез, когда вместо растительного масла берут растопленное сливочное. Соотношение сырых яичных желтков и растопленного сливочного масла такое же, как у майонеза, то есть на один желток не более 150 мл растопленного сливочного масла. Еще понадобятся чуть менее одной столовой ложки белого сухого вина, лимонный сок, соль и молотый белый перец.

Вначале нужно хорошо взбить венчиком желтки с белым вином, желательно это делать, погрузив сосуд, в котором взбиваете желтки, в горячую воду. В тепле желтки взбиваются эффективнее, более того, есть одно неизменное правило приготовления эмульсий – важно, чтобы все ингредиенты были одинаковой температуры. В нашем случае сливочное масло ведь будет не то что теплым, а даже горячим, поэтому желтки, как минимум, должны быть теплыми. Это же правило верно для

приготовления майонеза – растительное масло у нас на кухне всегда имеет комнатную температуру (мы ведь его в холодильнике не храним), поэтому и горчицу, и яйца мы должны «подогнать» под температуру масла, то есть заранее достать из холодильника и выдержать на воздухе какое-то время.

Вернемся к голландскому соусу. Когда желтки взбиты (показатель этого – отсутствие крупных пузырей воздуха), можно постепенно вводить сливочное масло, вначале очень тонкой струйкой, потом большими порциями. В результате должна получиться эмульсия, причем, чем больше масла наливать – тем гуще будет соус. Затем остается только добавить в соус по вкусу лимонный сок, соль, перец и еще можно шинкованный укроп.

## Беарнский соус

Версия соуса для мяса, называемая «беарнским» соусом, предполагает добавление в голландский соус не укропа, а измельченных каперсов, часто – шинкованного эстрагона и небольшого количества уксуса, проваренного с черным перцем и лавровым листом.

Голландский соус, равно как и беарнский, долго хранить нельзя, а уж если хранить какое-то время – то не более получаса и, пожалуй, в теплом месте. Если соус сильно остынет, то он расслоится, равно как он расслоится и в случае перегрева. В такой ситуации не стоит отчаиваться, и нужно соус «спасти». Это делают так: если точно установлено, что расслоение произошло из-за изменения температуры, то в случае перегрева соуса – по каплям добавить немного холодной воды, аккуратно помешивая; в случае переохлаждения, соответственно, – ложку горячей воды. Можно поступить иначе – отдельно взбить один желток с небольшим количеством теплой воды, небольшими порциями ввести при интенсивном перемешивании расслоившуюся эмульсию. Еще один способ – выпарить немного жирных 33–35 %-ных сливок, немного остудить и ввести расслоившийся соус. Те, кто предпочитает не исправлять, а предотвращать расслоение, могут смешать готовый голландский соус с небольшим количеством густого соуса бешамель (см. раздел о фаршах). Бешамель является хорошим стабилизатором эмульсии.

# О пицце

Всем известно, что такое пицца. Это тонкий открытый пирог, с начинкой из всего доступного. Пицца была изобретена в Италии, но, что называется, «раскрутили, популяризировали» ее, конечно же, американцы. Итальянская эмиграция, приехавшая в Америку, стала заниматься пиццей, та понравилась, и именно через Соединенные Штаты пицца распространилась уже по всему миру. Что ж такое пицца, и с чем ее едят?

Прежде всего, пицца начинается с теста. Здесь не нужно ничего выдумывать и придумывать какие-то разные рецепты, которых существует великое множество. Пицца – это всегда дрожжевое тесто. Причем дрожжевое тесто, сделанное на воде, с добавлением соли, оливкового масла и дрожжей. Естественно, никакого кефира, сливочного масла, разрыхлителей, никакой сметаны, ничего прочего – это, по сути, хлебное тесто. Если разобраться, что такое хлеб изначально, то это всегда только вода, мука, дрожжи и соль – все это хлеб. И пицца вполне соответствует хлебному тесту. Тесто для пиццы делается просто. Это должно быть тесто, которое можно было бы раскатать, оно не должно быть жидким. Важный принцип – это примерное объемное соотношение воды и муки – 1:3 (то есть на 1 объемную часть воды идут 3 объемные части муки). Это примерное соотношение, и, конечно, его надо регулировать в зависимости от особенности муки.

Нужно всего лишь замесить тесто из следующих ингредиентов – вода, мука, дрожжи, соль, растительное или оливковое масло. И очень важно при замесе теста соблюдать следующую закономерность – никогда не лить воду в муку, нужно всегда муку сыпать в жидкость, поэтому тесто начинается с того, что нужно взять, например, 1 стакан воды, налить туда 1 ст. ложку растительного масла, добавить щепотку соли, всыпать туда же 2 ст. муки, (а нужно 3), потом, по мере необходимости, всыпать муку понемногу, замешивая тесто.

Первый признак готовности теста, в данном случае для пиццы, это когда оно начинает отлипать, отходить от стенок и дна посуды, в которой замешивалось. У вас может уйти примерно 2,5 стакана муки до определения этой ситуации, когда тесто отходит от стенок и дна посуды. Но затем в этом случае вы становитесь «в стойку», то есть «вы взяли след», это еще не окончательное тесто, но уже чуть-чуть остается подсыпать муки, чтобы тесто окончательно отлипло, было нежным и стало раскатываемым. Вот это и есть готовность теста для пиццы! Затем

его нужно положить в теплое место, накрыть полотенцем или посыпать мукой и дать подойти; так обычно мы готовим дрожжевое тесто.

Следующим очень важным компонентом пиццы является соус. Мы сейчас будем говорить о красной пицце, когда ее смазывают красным соусом, потому что есть еще и белая пицца, но об этом говорить не станем, поскольку важнее – красная.

Итак, томатный соус, которым смазывается тесто. Здесь следует сказать, что самый простой путь для создания такого соуса – это просто открыть консервную банку, где находятся резанные, очищенные в собственном соку помидоры. Это уже готовая база для того, чтобы нанести ее на тесто, но лучше все-таки немного потрудиться для того, чтобы сделать вкусный соус. Содержимое такой банки (резанные, очищенные помидоры) положить в сотейник, прогреть эти помидоры, добавить немного сахара и кислоты.

Все мы знаем, что зимой свежие помидоры совершенно безвкусные. Летом есть хорошие, конечно, из них тоже можно готовить соус для пиццы. Но давайте употреблять их свежими в салате. А для пиццы все же использовать консервированные, а если они итальянские, то совсем хорошо. Такие помидоры нужно немного уварить в сотейнике с добавлением уксуса или лимонного сока и сахара. Сочетание кислоты и сахара помогает как бы «взорвать» вкус помидоров, то есть сделать вкус более интенсивным – это такой искусственный прием. Затем этот соус можно разбить блендером, чтобы он стал более однородным. Если вы хотите добавить в такой соус сухие травки, например, сухой базилик, орегано, то это никогда не мешает. Вот когда соус остыл, его можно использовать для приготовления пиццы. Тесто, которое уже подошло, увеличилось в объеме, раскатывают достаточно тонко. Особенность итальянской пиццы в том, что она всегда тонкая. И всегда лучше делать тонкую пиццу, чем толстую, потому что соотношение количества теста и начинки должно быть в сторону начинки.

Тесто раскатывают тонко и смазывают его томатным соусом, не до краев: до краешка теста должно остаться 1,5 см. Это нужно, чтобы, во-первых, соус не переливался за пределы пиццы и, во-вторых, с тем, что пиццу едят руками. Вот когда ты берешься за краешек теста, ты никогда не испачкаешь руки соусом.

Никто не сказал, что пицца должна быть круглой. Конечно, в Италии пиццу делают круглой, но в домашних условиях не нужно стремиться делать ее именно такой формы. Ее рационально делать по форме противня. Поэтому раскатывайте пиццу так, как вам удобно, она смазывается почти до краев томатным соусом, и

вот уже на него накладывается продукт, как то: кусочки соленой ветчины, грибы, маслины, оливки, кусочки соленой или свежей рыбы. Всегда найдется то, что можно уложить на пиццу. Есть пиццы более или менее экзотические, когда они посыпаются готовым обжаренным фаршем, кусочками ананаса, или имеют какой-то мексиканский вкус, китайскую концепцию.

Потом пиццу посыпают очень «гуманным», не толстым слоем моццареллы. Про моццареллу стоит сказать отдельно. Дело в том, что не нужно стремиться покупать моццареллу салатную, для пиццы существует моццарелла «блочная». Это сыр в виде блоков, который удобно натирается и которым посыпают пиццу. Если в ближайшем магазине нет моццареллы, а вам нужно сделать пиццу – не беда. Можно купить сыр, который называется «сулугуни» – это грузинская история. Его делают на многих наших заводах в России. Почему именно сулугуни? Да потому что сулугуни и блочная моццарелла – это абсолютно одинаковые сыры, их технология одинаковая, и эта технология называется «паста филата», то есть «подвяленный сыр», технологически абсолютно идентичные сыры и даже очень близки по вкусу, поэтому не нужно отчаиваться в отсутствие моццареллы и можно спокойно использовать сулугуни.

Существуют два разных мнения относительно сыра. Одни считают, что кусок теста вначале нужно смазать соусом, а потом посыпать сыром, а поверх сыра уже положить начинку, то есть кусочки колбасы, ветчины и так далее; другие считают, что на соус нужно положить продукт (начинку) и сверху засыпать сыром. И вот откуда здесь, так сказать, «растут ноги». Дело в том, что в «коммерческих» пиццах (тех, которые продаются в магазинах) сыр находится ниже начинки, для того чтобы люди, выбирая пиццу, оценивая ее внешний вид, видели, что в ней много начинки. Понятно, если начинка лежит под сыром, то не будет видно, много там ее или нет. И часто в ресторане начинку выкладывают наверх, над сыром – это вопрос «коммерческой пиццы». В данном случае вам хотят показать свою честность: вот, посмотрите, сколько салями лежит на сыре, как много салями, вот какая у нас честная и обильная пицца. Но когда вам верят ваши гости и близкие, то все-таки лучше начинку засыпать сыром сверху, тогда она получается более сочной, не подгорает и не высыхает, вот в чем особенность. Сыр все-таки должен быть сверху!

Но это еще не все. Пицца должна печься очень быстро. В Италии или вообще в профессиональных условиях итальянских ресторанов в других странах, в том числе и в России, стоят правильные печи. Печь для пиццы имеет очень высокую температуру. Пицца печется при температуре +400 °С (это

высокая температура), поэтому пицца печется всего несколько минут.

Так вот, в домашних условиях нет возможности иметь такую температуру, потому что бытовые духовки не способы давать температуру +400 °С, но, тем не менее, вам стоит разогревать духовку на максимально возможной температуре, которая есть в вашей в духовке (сегодня это часто +250, а порой и +300 °С).

Поэтому сначала надо разогреть духовку, затем закладывать пиццу, сформированную уже на противне.

Причем, смотрите, пиццу уместно печь не внутри противня, а на его обратной стороне. Потому что покрытие у противня везде одинаковое, оно выдерживает высокие температуры, и, согласитесь, когда мы печем пиццу на обратной стороне противня, ее очень легко перенести на стол, где мы будем ее нарезать. Просто делаешь короткое движение руками вперед и останавливаешь, и пицца сама съезжает с обратной стороны противня на стол, где ее уже можно нарезать.

Но выпечка – это еще не все. После выпечки уместно сделать некоторые манипуляции, а именно: пиццу очень хорошо сбрызнуть небольшим количеством оливкового или растительного масла, тогда она будет блестеть, в особенности, если масло оливковое, пицца будет еще более вкусной. Также неплохо посыпать еще горячую пиццу, которую мы сбрызнули оливковым маслом, специальной смесью сухих травок для пиццы. Если у вас нет таких трав, то можно купить смесь прованских трав, итальянскую смесь трав, там, где есть базилик, орегано, они примерно одинаковы. Сухая травка, попадая на горячую пиццу, начинает раскрывать свои ароматы, и пицца получается еще более вкусной и ароматной. И после этих манипуляций, только после них, после сбрызгивания оливковым маслом и посыпания пиццы сухими специями, уместно ее нарезать и быстро есть руками, потому что пиццу едят руками, естественно, когда она еще горячая.

Итак, подведя итоги, можно сформулировать следующие правила приготовления пиццы:

1. Для пиццы готовится обычно хлебное тесто, которое состоит из воды, муки, соли и дрожжей.

2. Пиццу уместно раскатывать очень тонко, и совсем не обязательно делать ее круглой.

3. Томатный соус для пиццы лучше подварить с добавлением сахара и кислоты, тогда он будет вкуснее.

4. Томатный соус не нужно размазывать до краев пиццы.

5. Пиццу нужно печь на максимальной температуре вашей духовки. Пицца при +300 °С печется 4–5 минут, если будет +250

˚С, она, возможно, будет печься 5–6 минут.

6. Пиццу по готовности обязательно сбрызнуть оливковым маслом и посыпать сухими травками.

# Не очень большой и не очень энциклопедический кулинарный словарь

**Анчоус** – крошечная серебристая рыбка с зеленовато-черной полосой на хребте, принадлежит к основном роду *Engraulidae*, является прямым родственником сельди, а вылавливают ее на Средиземноморском побережье и у берегов Южной Европы. И совсем не обязательно анчоусы соленые, как килька пряного посола, или консервированные в масле, как шпроты. На рынках Испании, Италии и Франции можно купить и свежие анчоусы – у них белая нежная мякоть, и готовить их можно самыми разнообразными способами.

Теперь, правда, анчоусами часто стали называть любую мелкую рыбку (салаку, беломорскую сельдь и т. п.), приготовленную особым анчоусным посолом. Рыбу сразу же после вылова помещают на несколько дней в рассол с пряностями, затем перекладывают в бочонки, пересыпая крупной солью, и выдерживают в течение четырех месяцев. Часто в рассол добавляют небольшое количество селитры, чтобы рыба имела нежный вкус и привлекательную аппетитную красную окраску. Консервируют анчоусы, как правило, в масле. В результате получается нечто среднее между соленой килькой и шпротами. Поэтому замена в рецептах анчоусов килькой или салакой пряного посола, мягко говоря, нежелательна – вы не только не добьетесь нужного вкуса, некоторые рекомендованные рецептом продукты и специи вообще окажутся неуместными… В солено-консервированном виде анчоусы – популярнейший продукт в большинстве стран мира. Они ценятся, например, как составляющая соусов к мясу и рыбе, поскольку содержат именно то количество соли, которое придает пище естественный вкус, и в то же время делают блюда более пикантными, возбуждая аппетит и способствуя пищеварению.

**Артишок** (*artichoke*) – многолетнее травянистое растение семейства сложноцветных, произрастающее в Средиземноморье и на Канарских островах. Такое название происходит от арабского слова *«alkharshofa»* («земляная колючка») – соцветие артишока внешне напоминает мясистую шишку. В пищу употребляют цветоложа – основания корзинок, или донышки. Их обычно отваривают в течение 30–40 мин в подсоленной воде, фаршируют

овощами, грибами или рисом и тушат на оливковом масле с добавлением вина и яиц, а подают с распущенным сливочным маслом, в которое добавляют капельку лимонного сока, или с соусами: майонезом (*mayonnaise*), голландским соусом (*hollandaise*), а также с горчичным и соевым. Сегодня в России этот прекрасный овощ практически забыт (артишоки выращивают только в Краснодарском крае), однако в старинных меню петербургских ресторанов часто встречался суп-пюре из артишоков, привнесенный в русскую аристократическую кухню французскими поварами еще в XIX веке. Для его приготовления артишоки разрезали, бланшировали в масле, тушили 10–15 мин в белом соусе, после чего оставалось только протереть их через сито, добавить прозрачный бульон и свежие сливки.

**Араскино,** вишня *(maraschino cherry)* – для приготовления такого продукта любые сорта спелой вишни (в США предпочитают сорт *Royal Ann)* вначале вымачивают от 4 до 6 недель в однопроцентном растворе двуокиси серы и полупроцентном растворе негашеной извести, в результате чего ягоды уплотняются и приобретают цвет слоновой кости. Затем из вишен удаляют косточки, вновь отбеливают хлоритом натрия, выдерживают 24–36 ч в воде, удаляя из мякоти обесцвечивающие агенты, а затем в течение двух недель – в растворе бисульфита натрия, чтобы придать им плотную текстуру. В самом конце довольно сложного технологического процесса вишни вымачивают в сахарном сиропе либо с добавлением миндаля (после чего вишни пищевыми красителями окрашивают в красный цвет), либо мяты (в этом случае вишни окрашивают в зеленый цвет).

**Бамия** (*bamia*), или **окра** *(okra),* – однолетнее тропическое растение, по внешнему виду напоминающее хлопчатник, а по вкусу – нечто среднее между баклажаном и спаржей. Родина бамии – Восточная Африка, а культивируется сегодня это растение на Балканах, в тропических и субтропических странах, Северной Америке, Индии и Южной Европе. Незрелые мягкие зеленые плоды бамии с нейтральным вкусом по внешнему виду напоминают «граненые» стручки красного перца. Их отваривают, готовят, как спаржу, и маринуют – бамия служит прекрасным дополнением к острым мясным блюдам, супам и блюдам из птицы.

Стручки бамии обычно добавляют в самом конце приготовления, так как им не требуется длительная тепловая обработка. Оба названия растения пришли в русский язык из

разных мест. «Бамией» (*bamia*) его называют на Востоке. Например, одним из любимых в Турции блюд является «этли бамия» *(etli bamia)* – баранина, тушенная с бамией. Название «окра» *(okra)* закрепилось в Европе и Америке, особенно в южных штатах США, куда бамию завезли чернокожие рабы из Эфиопии.

**Беарнез** (*bearnaise*), или **беарнский соус,** – один из самых «именитых» французских соусов. Готовят его на основе сырых взбитых яичных желтков, белого вина или коньяка, растопленного сливочного масла и лука-шалота с добавлением лимонного сока, уксуса и трав (обычно: эстрагона, тимьяна и кервеля). Беарнез был привезен в Париж Генрихом IV со своей родины – исторической юго-западной французской провинции Беарн.

Беарнский соус давно перешагнул границы Франции. Например, в Ирландии его принято подавать к традиционному блюду – большим котлетам из рубленого мяса, уложенным на поджаренные ломти хлеба.

**Бенмари** (*bain-marie*), или **водяная баня,** – широкая неглубокая кастрюля, наполняемая на четверть кипятком. В бенмари помещают посуду с соусами или блюдами, которые необходимо готовить при низких температурах или держать горячими, но нельзя разогревать перед подачей. Происхождение такого французского названия связывают с «баней Святой Марии» (от лат. *Balneum Mariae)* – древним прибором алхимиков, упоминаемым в своей комедии «Алхимик» известным английским драматургом Бенджамином Джонсоном (1573–1637).

Считается, что название прибору дано из-за того, что он позволял очень медленно (буквально «нежно») нагревать вещество. Существует и вторая версия: название связывают с сестрой библейского Моисея – Мариам, увлекавшейся алхимией.

**Бер-манье** *(beurre manie)* – густой заварной французский соус из муки и растопленного масла, используемый в небольших количествах для придания густоты и «гладкости» другим соусам или блюдам типа рагу. Название соуса в переводе означает «размешанное масло» (от *manier* – размешивать, перемешивать). Соус с добавкой бер-манье обычно подвергают быстрой тепловой обработке, чтобы удалить неприятный крахмалистый привкус муки.

**Биб-латук** *(Bibb lettuce*), или **латук Биба,** – разновидность латук-салата с маленькими круглыми рыхлыми головками и с очень нежными мягкими, гладкими, сочными и сладкими темно-

зелеными листьями. Название растению дано в честь американского селекционера XIX века Джека Биба. Латук Биба известен также под названием *Boston lettuce* (бостонский латук).

**Бостонский латук** – см. биб-латук.

**Букет гарни** *(bouquetgarni)* – классическая французская смесь пряных трав, которая кладется в блюдо при его приготовлении. В малый букет гарни входят: лавровый лист, петрушка, сельдерей, тмин и перец; в большой дополнительно включают эстрагон, базилик, чабрец, майоран и розмарин; на юге Франции иногда добавляют и апельсиновую цедру. Существует и простейший вариант, в который входят: 1 лавровый лист, веточка тимьяна и 3 стебелька петрушки. Такой набор трав связывают ниткой или укладывают в марлевый мешочек, обычно опускают на 5 мин в кипящий бульон, непосредственно перед тем как снять его с огня, а затем вынимают.

**А-ля бургиньон (по-бургундски)** – кулинарный термин, кото рым называют блюда, приготовленные в стиле французской провинции Бургундия. Для этого стиля характерно использование в блюдах красного вина, грибов, лука и бекона. Вообще, похоже, что красное вино – главный инструмент бургундских кулинаров; даже яичницу-глазунью здесь подают под прекрасным соусом из красного вина. Одним из классических соусов французской кухни является и «бургундский» *souce bourgignonne* (соус «бургиньон»), его готовят на базе мясного соуса *jus,* с грибами, луком-шалотом, красным вином, перцем, лавровым листом и тимьяном, в самом конце соус загущают масляным соусом «бер-манье» (*beurre manie)*. В классической французской кухне существуют два типа бургундского соуса – для рыбы (на базе рыбного бульона) и для мяса (на базе мясного).

**Велутэ** *(veloute*) – французский белый соус из телячьего (*veloute de veau*), куриного (*veloute de vollaille)* или рыбного (*veloute depoisson)* бульона, загущенного мукой и маслом. В традиционной кухне Франции соус велутэ (буквально «бархатистый») является одним из пяти базовых и используется как основа для других комплексных соусов, например, соуса «дипломат» *(sauce diplomate),* который готовят на базе рыбного велутэ, добавляя в него сливки, бренди и трюфели. Из соуса велутэ на базе рыбного бульона с добавлением сливочного масла, сливок и яичных желтков готовят «нормандский соус» (*souce normande)*. Кроме того, словом «veloute» во французской кухне также называют похожие на кремы протертые супы, которые заправляют яично-сливочным

льезоном и после заправки не кипятят. Например: куриный велутэ (*veloute de volatile*) или велутэ Аньес Сорель (*veloute Agnes-Sorel*) из свежих грибов, куриного мяса и маринованного языка.

**Вермут (***vermouth***)** – ароматизированный алкогольный напиток, название которого происходит от немецкого *Wermut* (полынь). Вермут производят на основе белого ординарного вина с добавлением настоянных на 70 %-ном спирте трав (ревень, полынь, мята) и специй (кардамон, гвоздика, мускатный орех, корица). Различают два вида вермута: французский, или сухой белый вермут, и итальянский сладкий, красный или белый вермут.

**Винегрет (***vinaigrette***)** – один из пяти базовых французских соусов-заправок, простейшая комбинация растительного масла и винного уксуса.

Этот соус, который часто облагораживают солью, перцем, чесноком, укропом и петрушкой, а уксус заменяют вином или лимонным соком, чаще всего используется для заправки салатов. То, что его название абсолютно созвучно привычному в нашей стране «винегрету», не случайно. Говорят, что один из французских поваров, работавших при русском дворе, увидев, что неизвестный ему свекольный салат заправляют уксусом, воскликнул: *«Vinaigrette!»,* имея в виду знакомую ему уксусную заправку… Иностранное слово было сразу же подхвачено русскими поварами, а в царском меню появилось новое красивое французское название «винегрет»…

**Водяная баня (***bain-marie***)** – см. бенмари.

**Водяной кресс (***watercress***), жеруха,** или **садовый хрен,** – многолетнее растение семейства крестоцветных. Растет в умеренном поясе Евразии, в горах тропической Африки и в Северной Америке, где его разводят в коммерческих масштабах. Горьковатые, острые, чуть «перечные» листья водяного кресса более ароматны, чем все другие виды крессов. Их добавляют в салаты, супы и омлеты, а также используют для украшения блюд (как петрушку). В пищу обычно идут листья, сорванные до цветения растения, так как позже они становятся слишком жесткими. Водяной кресс довольно широко культивируется во Франции как овощное растение, входит составной частью в знаменитую французскую смесь трав *fines herbes* и используется французскими кулинарами только в сыром виде.

**Вустерский соус** *(Worcestershire sauce*) – пикантный темный английский соус. Готовится на базе соевого соуса с анчоусами, тамариндом, уксусом, мелассой, чесноком, луком, лаймом и гвоздикой. Этот хорошо известный во всем мире соус был разработан еще в XIX веке английскими колонистами под влиянием индийской кухни и первоначально изготовлялся в графстве Вустершир (Англия). Сегодня вустерский соус, часто расфасованный в маленькие квадратные бутылочки, можно встретить и на прилавках наших магазинов. Подают его обычно к мясу и птице, а также добавляют в напитки, например, в некоторые версии знаменитого коктейля «Кровавая Мэри». Одна из наиболее известных марок вустерского соуса – *«Lea & Perrins».*

**Глютаминат (глютамат) натрия** *(monosodium glutamate, MSG*) – белый кристаллический порошок солоновато-сладковатого вкуса, внешне немного похожий на соль или сахар и хорошо растворимый в воде. Глютамат натрия используется в кухнях многих стран мира для интенсификации натурального вкуса определенных продуктов.

Само по себе это вещество практически не имеет ни вкуса, ни запаха, однако обладает способностью усиливать вкусовые качества мяса птицы, даров моря, грибов и некоторых овощей (его также используют для улучшения вкуса табака), не оказывая при этом никакого эффекта на фрукты, сласти и яйца. Оно не только умножает природные вкусовые качества пищевых продуктов, но и освежает и оживляет ослабленные при длительном хранении, воздействуя на окончания вкусовых рецепторов. Кроме того, в продуктах, обработанных глютаматом натрия, подавляется окисление жиров – прогоркание.

Глютамат натрия – вещество загадочное. Он образуется из глютаминовой кислоты, входящей в состав белков, однако в свободном виде в натуральных продуктах встречается редко и только в мизерных количествах. Выделили это вещество из морских водорослей японские ученые не так давно – в 20-х годах прошлого столетия – и дали своему детищу вполне логичное название «адзино-мото», что переводится как «корень вкуса».

Сегодня источником глютамата служит протеин соевых бобов, и до сих пор Япония остается его основным производителем и одним из крупнейших потребителей – в национальной кухне с ним готовят самые различные блюда. В Таиланде, например, среднее потребление глютамата в день достигает трех граммов на человека, а в США – чуть меньше грамма. Однако чемпионами в этом деле стали все-таки китайцы (они называют глютамат «вейцзин» или «вейсу»). Водный раствор

порошка с солью, по вкусу и запаху немного напоминающий мясной бульон, они используют как приправу к супам, овощным, крупяным блюдам, холодным закускам и соусам. Его мизерные дозы позволяют пищевой промышленности экономить на мясе, птице, грибах и прочих натуральных компонентах. Вместо полноценного кусочка мяса можно положить в продукт несколько измельченных волокон мяса или даже его экстракт, «посолить» все это щепоткой глютамата, и насыщенный мясной вкус продукту обеспечен.

Хорошо это или плохо? В середине 1970-х годов вокруг глютамата натрия бушевали научные бури. Американский нейрофизиолог Джон Олни предположил, что это вещество может вызывать повреждение мозга у крыс. После этого глютамат стали подозревать во многих заболеваниях – от обыкновенной головной боли до болезни Альцгеймера. Страдали от него и больные бронхиальной астмой. Более того, появилась теория, что именно из-за вэйцзина в китайских блюдах у многих европейцев может возникать аллергическая реакция, которую стали именовать «синдром китайского ресторана», – легкое головокружение, тошнота, потливость, озноб, головная боль и даже временный паралич (ученые определили этот вид аллергии более строго, назвав его «болезнь Квока» в честь ее первого исследователя Роберта Хо-Ман-Квока).

И все-таки большую часть обвинений с несчастной приправы сняли, объявив глютамат вполне безопасной пищевой добавкой, оставив за ним «синдром китайского ресторана» и негативное влияние на астматиков. Так что, если вы замечали за собой нечто подобное, старайтесь меньше поглощать продуктов с глютаматом натрия. Определить его присутствие в продуктах не слишком просто, но все-таки возможно. В перечне ингредиентов на упаковке он встречается или под названием «глютамат натрия», или под европейским индексом пищевых добавок – Е 621. Правда, некоторые производители стыдливо скрывают его наличие и в составе указывают расплывчатое «ароматизирующее вещество», «вкусовые добавки» или «усилители вкуса».

Многие известные готовые приправы содержат глютамат натрия. К ним относится, например, «Вегета» (*Vegeta*) – торговая марка распространенной в странах Восточной Европы (Словакия, Чехия, Венгрия) пряной овощной приправы, предназначенной для супов, соусов, подливок и мясных блюд. Кроме того, глютамат очень широко применяется при производстве вареных колбасных изделий, мясных и мясо-растительных консервов, полуфабрикатов, салатов и т. п.

**Голландез,** или **голландский соус** (*hollandaise*), – классический французский соус из яичных желтков, свежего лимонного сока, сливочного масла, соли и сливок, приготовленный на водяной бане. Для того чтобы эмульгированный соус не расслаивался, его смешивают с небольшим количеством соуса бешамель, который является хорошим стабилизатором. Во французской кухне голландез (так же, как и майонез) является одним из пяти базовых соусов. Подают его обязательно теплым к рыбе, овощам и яйцам. Иногда в голландез для остроты добавляют немного красного перца, а если приправить его взбитыми сливками, то получится соус муслин *(sauce mousseline),* который подают к спарже.

**Горчица дижонская** *(Dijon moutarde)* – возможно, наиболее известный в мире сорт французской горчицы. Для ее приготовления порошок из очищенных от оболочки семян черной горчицы (сегодня используют китайскую горчицу или смесь белой и черной) разводят не водой и не уксусом, а верджусом *(verjus)* – кислым соком незрелого винограда, или белым вином. С раннего Средневековья Дижон славился своей горчицей, она была настолько популярна, что в 1634 году специальным королевским эдиктом городу было даровано исключительное право на производство своей горчицы. Во французской кухне дижонскую горчицу используют для приготовления различных соусов и салатных заправок, а также подают к жареному мясу. Во французской кухне даже существует специальный термин «*dijonnaise»* (дижонез), которым называют блюда, содержащие дижонскую горчицу или подаваемые с горчичным соусом. Сегодня более половины всего мирового производства горчицы приходится на дижонскую.

**Гран Марнье** *(Grand Marnier*) – темно-золотистый французский ликер на основе бренди. Для его приготовления корочки померанцев, собранных на островах Карибского моря, погружают в крепкий алкоголь, настаивают некоторое время, затем дважды перегоняют, смешивают с коньяком и легким сахарным сиропом, фильтруют и выдерживают в дубовых бочках в течение нескольких лет.

Такой напиток был создан в 1880 году Александром Марнье-Лапостолем и пользуется сегодня в мире высоким спросом. Марка *«Cordon Rouge»* делается из коньяка, а «*Cordon Jaune*» – из обычного бренди. Одной из самых престижных марок является «*Grand Marnier Cuvee du Centenaire*», где в качестве основы используется коньяк 10-летней выдержки. Эта марка с сильным апельсиновым

ароматом и особенно долгим послевкусием была создана в 1927 году специально в честь празднования 100-летней годовщины основания винокуренного завода Лапостоля. В 1977 году, к 150-летней годовщине, была создана еще одна престижная марка *«Cuvee Speciale Centcinquantenaire»* с сильным пряным оттенком на основе коньяка высшего качества *Superpremium X.O.* Естественно, дорогие марки ликера «*Grand Marnier*» довольно редко используют в кулинарных целях или коктейлях и обычно подают в чистом виде или со льдом к кофе или к десерту.

**Грюйер** (*Cruyure*) – сорт твердого, умеренно жирного швейцарского сыра из коровьего молока. Получил свое имя по названию деревни в Западной Швейцарии, расположенной в 23 км к юго-западу от г. Фрибур. Этот знаменитый альпийский светло-желтый, слегка сладковатый сыр с мелкими дырочками и пикантным привкусом обычно созревает в течение 10–12 месяцев, а покупать его лучше всего весной или зимой. Выпускают его очень большими золотисто-коричневыми головками по 40–45 кг, а в продажу он поступает обычно уже нарезанным на крупные клиновидные куски. В 1722 году грюйер был завезен во Францию, которая вскоре стала его главным производителем – особенно прославился им департамент Юра (кстати, в современной Франции грюйером часто называют все семейство вареных прессованных сыров).

**Гуава, гуайава** *(guava)* – плод вечнозеленого дерева родом из Южной Америки, культивируемого сегодня практически во всех тропических странах и в теплых субтропиках. Овальные плоды гуавы бывают самого разного размера (от маленького яйца до среднего яблока) и имеют кисло-сладкую, ароматную и сочную мякоть ярко-розового, белого, желтого или красного цвета (в зависимости от сорта). Их обычно разрезают вдоль и выедают мякоть ложкой или чистят и нарезают во фруктовый салат, а также добавляют в десертные блюда или мороженое. Недозрелые плоды запекают и готовят из них кисловатое пюре, оно служит прекрасным гарниром к мясу или птице. Во многих латиноамериканских странах (например, в Пуэрто-Рико) очень популярна чем-то напоминающая мармелад паста из гуавы.

**Гамбо** *(gumbo)* – распространенный в американском штате Луизиана густой, похожий на рагу суп из стручков бамии (окры), помидоров, овощей, курятины, ветчины или без мяса, но с морепродуктами (крабами, креветками или устрицами). Суп перед подачей обычно загущают мукой из бамии, приправляют

креольской специей *filu powder* (порошком из высушенных молотых листьев дерева сассафрас) и подают с отварным белым рисом. Словом *«gumbo»* (иногда и «*gombo*»), происходящим от африканского названия бобового растения бамии (окры) – *«ngombo»,* американцы называют и само растение, завезенное в южные штаты США рабами-неграми, и даже креольский диалект, на котором разговаривают коренные жители Нового Орлеана.

**Гурмэ** (*gourmet*) – так французы называют настоящего знатока-гастронома, в отличие от гурмана *(gourmand)* – просто любителя поесть, и глутона *(glouton)* – грубого обжоры.

**Дижестив** (*digestif)* – средство, способствующее пищеварению. Во Франции после еды (к кофе) в качестве дижестива принято подавать какой-нибудь крепкий напиток – коньяк, грушевое бренди или кальвадос. По утверждению французов, он не только помогает легче усвоить трапезу, но и вносит последний штрих в общую картину праздника, которым в этой стране считается любое застолье. Сегодня термин из чисто французского стал международным.

**Дикий рис** *(wild rice),* «водяной» рис *(water rice),* или цицания водяная, – высокое водное растение вида *Zizania aquatica* семейства злаковых, которое растет в неглубокой стоячей воде вдоль границы болот и озер США и

Южной Канады. Зерна дикого риса имеют приятный вкус и плотную текстуру. Стоит он довольно дорого, и поэтому хозяйки чаще смешивают его с коричневым (неочищенным) рисом или пшеницей булгур.

Готовить дикий рис просто – его заливают холодной водой и варят в течение часа. Калифорнийцы, правда, пользуются весьма оригинальным способом: дикий рис заливают кипящей водой, закрывают крышкой и выдерживают 20 мин, после чего процеживают и повторяют эту процедуру еще три раза, только в самый последний добавляя соль. Едят такую кашу просто со сливочным маслом, однако особо изощренные гурманы добавляют в нее миндаль, грибы, лук и т. п. Эта культура была важным пищевым продуктом многих индейских племен, живших в районе Великих Озер (например, индейцев племен туска-рора и алгонкинов), из-за чего дикий рис в США иногда называют «индейским» *(Indian rice)* или «тускарорским» *(Tuscarora rice).*

Упоминает этот злак даже Генри Лонгфелло в своей знаменитой «Песне о Гайавате»: «Вот и Месяц Листопада! Дикий рис в лугах уж собран…» (месяцем Листопада индейцы называли

сентябрь). В последнее время дикий рис начали широко выращивать в штатах Миннесота и Калифорния.

**Жюльен** *(julienne)* – в оригинале это способ нарезки продуктов в виде спичек. Термин трансформировался в название некоторых блюд.

**Изюм-коринка** (*currants)* – мелкий темный изюм без косточек. Получил свое название от города Коринф в Греции, откуда его впервые начали экспортировать.

**Каджунская кухня** (*Cajun cooking*) – луизианский стиль приготовления пищи, характеризующийся использованием только свежих продуктов, животного жира (чаще свиного), специй, сладкого и жгучего перцев, бобов, а также разнообразных густых коричневых соусов. Каджуны – французские католики, изгнанные из канадской провинции Акадия, – обрели в Южной Луизиане новую родину и создали в США свою собственную культуру, в том числе и свой кулинарный стиль. Простые крестьяне и рыбаки из Бретани, Нормандии, Пикардии и Пуату не делали попыток воссоздать великую кухню Франции (как креолы), а просто готовили себе сытную, добротную пищу, пользуясь местными продуктами.

В результате каджунская кухня – это сочетание креольской, французской и «домашней» кухни южных американских штатов. С 70-х годов XX века этот стиль стал довольно популярен среди американцев – сегодня в США функционируют тысячи специализированных каджунских ресторанов.

**Кальвадос** (*calvados)* – французское название яблочного бренди. Для приготовления кальвадоса из свежего яблочного сока изготавливают сидр крепостью 4,5 %, затем его перегоняют в яблочный спирт крепостью до 72 %, выдерживают в дубовых бочках не менее года, а затем разбавляют до 40–42 %. Контакт с дубом придает благородному напитку чудесный глубокий янтарный цвет и нежный тонкий аромат ванили. Создание первого кальвадоса приписывают виноделу Жилю де Губервилю из французского местечка Константа в Нормандии на побережье Ла-Манша, где между устьями рек Орн и Вир расположен опасный риф Кальвадос, получивший свое название от корабля испанской Великой Армады, разбившегося здесь в 1588 году. Примерно в то же время Жилю пришла в голову удачная идея попытаться перегнать яблочный сидр крепостью около 5–6 %. До сих пор этот крепкий и ароматный напиток является традиционным в

Нормандии.

**Каплун** (*caplon*) – холощеный, специально откормленный молодой петух с нежным и сочным мясом. Возраст такого петуха обычно 7-10 месяцев, вес 3–4 кг (нормальный петух такого возраста весит 1–2 кг), а кастрируют его в возрасте до 8 недель. У каплуна хорошо развитая грудь и очень нежное вкусное мясо с тонкими жировыми прожилками – его особенно хорошо жарить или запекать целиком как парадное блюдо обеда.

**Капуста листовая** (*collard, colewort)* – разновидность капусты, не образующая кочана и чаще всего используемая в салатах. Этот овощ особенно распространен в южных штатах США и является традиционным продуктом афро-американской кухни, где листовую капусту варят с кусочками бекона или солонины.

**Кассероле** (*casserole*) – горшок или кастрюля, чаще небольшая, овальная из керамики или жаропрочного стекла с крышкой, а также блюдо, приготовленное в такой кастрюльке. Мясо *en casserole* (существует такой французский термин) тушат или запекают в подобной посуде в духовке, причем для создания большей герметичности край между крышкой и бортами часто обмазывают тестом.

**Киршвассер** (*Kirshwasser*) – крепкое немецкое бесцветное вишневое бренди (от нем. *Kirsch* – вишня). Впервые его стали производить в Рейнской области, а сегодня – в Южной и Юго-Западной Германии (Баден, Вюртемберг, Бавария).

**Клутэ** *[doute)* – термин французской кухни (буквально «обитый гвоздями»), которым называют продукты, утыканные засушенными бутонами гвоздики (*clou de girofle;* буквально «гвоздик гвоздики»). Например, луковица клутэ (*oignon chute*) – очищенная от шелухи луковица, в которую втыкают 5–6 гвоздичных головок и используют как ароматизатор при варке бульонов или тушении. Используют такой прием и в других кухнях мира – в английский праздничный глазированный окорок *(glazedgammon),* перед тем как обернуть его фольгой и уложить в духовку, также втыкают «гвоздики» гвоздики.

**Кляр (***batter***)** – различные обволакивающие полужидкие продукты, применяемые в кулинарии для покрытия рыбы, овощей, фруктов, птицы, мяса и т. д. перед обжариванием. Большинство кляров представляет собой сочетание эмульсии

яйца (белка или желтка), муки и воды, молока или масла, разведенных до сметанообразного состояния. В кляре готовят рыбу, мясо домашней птицы, овощи, фрукты и морепродукты; такой метод используется для того, чтобы жир не проникал в сам продукт. К кляру обычно добавляют ароматизаторы, пряности и приправы – перец, лук, чеснок, петрушку, сельдерей, соль, сахар, томатную пасту, корицу и т. п.

**Консоме (***consomme***)** – крепкий прозрачный бульон из мяса или дичи, который перед подачей осветляют с помощью различных «оттяжек» (яичные белки, промолотое мясо и т. п.), обезжиривают и добавляют в него перец, лавровый лист, гвоздику, имбирь и другие пряности.

**Коричневый сахар** *(brown sugar*) – неочищенный сахар, который во многих западных странах предпочитают рафинированному, так как он содержит полезные минеральные вещества, хотя и считается более калорийным. Сегодня коричневый сахар получают и искусственно, добавляя к белому сахару мелассу *(патоку)*. Обычно его производят в двух стилях – светлом и темном, причем, чем светлее коричневый сахар, тем тоньше его вкус и аромат. Очень темный коричневый сахар, его иногда называют сахаром «в старинном стиле» *(oldfashioned style),* имеет очень сильный привкус мелассы.

**Креольская кухня** *(Creole cooking)* – один из известнейших кулинарных стилей, распространенных в американском штате Луизиана. Креолами *(criollo)* в XVIII веке испанские правители Нового Орлеана называли осевших в городе потомков европейских, преимущественно испанских, португальских и французских колонистов (французы позже переделали это слово в *Creole)*. Интересно, что «креолами» в Бразилии и Вест-Индии также называют потомков африканских рабов, в Сьерра-Лионе и Либерии – потомков освобожденных негров, в странах Африки – потомков от браков африканцев с белыми, а в XVIII–XIX веках на Аляске креолами даже называли потомков от браков русских поселенцев с индейцами, эскимосами и алеутами.

**Куантро** *(Cointreau)* – ароматный, абсолютно прозрачный французский ликер крепостью 40 %, который вырабатывается с 1849 года в Анже. Для его приготовления высококачественное виноградное бренди настаивают на цедре испанских и бразильских апельсинов и гаитянских померанцев, подвергают двойной перегонке и подслащивают. Имя ликеру дали его

изобретатели – кондитеры Эдуард-Жан и Адольф Куантро. Некоторые знатоки утверждают, что его истинные качества проявляются только в соприкосновении со льдом, когда он меняет свою кристальную прозрачность на опаловый цвет, обретает новый вкус, полный свежести, и усиливает аромат с нотами мяты, цитрона, эвкалипта, мускатного ореха и кардамона. Тем не менее, другие предпочитают «пламенный вариант», когда ликер подают в рюмке, поставленной в маленькое деревянное сабо, поджигают на несколько секунд, накрывают белоснежной салфеткой – теперь вы сполна сможете насладиться ароматом согретого напитка, усиленным в десятки раз…

**Кумкват** (*kumquat, cumquat*), или кинкан, – плод вечнозеленого дерева или кустарника семейства рутовых, растущего в Восточной Азии и особенно широко распространенного в Китае, Японии и на полуострове Малакка. Сегодня кумкват культивируют во многих тропических странах, а также в американских штатах Калифорния и Флорида. Обычно желтые маленькие плоды кумквата диаметром около 3 см имеют гладкую, очень душистую, сладкую съедобную кожуру и кисло-сладкую мякоть. Кумкват широко используется для приготовления фруктовых салатов, варенья, цукатов и приправ. Целые (неочищенные от кожуры) плоды продают в сахарном сиропе, в меду или в бренди, а ветвями этого дерева американцы украшают свои дома на Рождество…

**Кур-буйон** (*court-bouillon*) – ароматический бульон, в котором во французской кухне отваривают или припускают рыбу, а также варят ракообразных (раков, креветок и т. п.). Готовят такой бульон с белым сухим вином, лимонным соком или уксусом, репчатым луком, сельдереем, морковью, пряными травами и специями – в подобной кислой среде рыба не разваривается. Рыбу погружают в кур-буйон полностью.

**Кюрасао** *(Cura sao*) – сладкий апельсиновый ликер синего, белого, зеленого или оранжевого цветов, популярный во многих странах мира. Впервые его начали производить голландцы, а назван он в честь принадлежавшего Нидерландам карибского острова Кюрасао, где растет сорт апельсинов, на корках которого первоначально настаивали напиток. Сегодня Кюрасао производит знаменитая бордосская компания «Мари Бризар», используя специальный сорт померанцев с Гаити (то есть ликер фактически стал померанцевым) и лучшие сорта французского виноградного бренди. Подобный ликер можно попробовать приготовить и дома,

для этого потребуются высушенные апельсинные корки, мускатный цвет (мацис), корица, гвоздика, сахар, ром, бренди или водка и шестинедельное голландское или французское терпение.

**Лайм** *(lime)* – тонкокожий маленький зеленый плод цитрусового дерева, который, в отличие от лимона, может расти только в субтропических и тропических регионах. Арабы познакомились с лаймом, так же как и с лимоном, в Индии, и завезли его в страны Восточного Средиземноморья и Северную Африку примерно в начале X века. В Западное Средиземноморье лайм попал в XII–XIII веках с возвращавшимися из походов крестоносцами, а его английское название происходит от арабского *«Итак»*. Вторая экспедиция Колумба в 1493 году завезла семена лайма в Вест-Индию, и вскоре это растение распространилось по островам Вест-Индии, откуда он попал в Мексику, а затем и во Флориду. Сок плодов лайма, похожих на недозрелые лимоны, обладает очень кислым и резким вкусом и широко используется в качестве ингредиента различных коктейлей и блюд. В королевском британском флоте в 1795 году богатый витамином С сок лайма был введен в рацион как средство против цинги, поэтому в английском прочно укрепились термины: «*lime-juicer»* – прозвище и английского моряка, и английского корабля; а также «*lime-juice»* – путешествовать, странствовать. Американцы словом *«limey»* часто называют не только английских моряков, но и вообще всех англичан, страсть которых к путешествиям известна на весь мир.

**Лук-порей** *(leek)* – вид лука с длинными плоскими листьями и вытянутой белой луковицей, родиной его является Средиземноморье. Хотя лук-порей – ближайший родственник лука и чеснока, его вкус и аромат гораздо нежнее и тоньше. Готовят порей самыми различными способами. В пищу употребляют листья и стебли в свежем или вареном виде (варят не более 10 мин), добавляют в супы (особенно картофельные), салаты и самые различные блюда. Очень вкусен салат из лука-порея со свежими яблоками, белокочанной капустой, морковью с добавлением мелиссы лимонной, эстрагона, базилика. Белые толстые стебли можно быстро припустить в небольшом количестве кипящей воды и подать со сливочным маслом и сваренным вкрутую яйцом – за несколько минут получается блюдо, которое может составить достойную конкуренцию спарже.

Дикий лук порей *(wild leek),* растущий в Америке от Канады до штата Каролина, американцы называют *«гитр»* («рамп») и

широко используют в салатах и супах.

**Лук-шалот** (*shallot*) – вид лука с небольшой, похожей на чеснок луковицей; недаром в Англии лук-шалот раньше называли «испанским чесноком» *(Spanish garlic),* а в России – «сорокозубкой». Молодые луковицы и листья (перья) этого растения обладают более нежным вкусом, чем обычный зеленый лук. Без него немыслима и итальянская, и французская кухня (особенно севера Франции), и кухня американского штата Луизиана.

**Льезон** (*liaison*) – связывающий пищевой продукт или смесь (например, взбитое яйцо, яичный белок, сливки, желатин, агар-агар, крахмал, мука и т. п.), а также кулинарный прием, означающий введение такого продукта в блюдо.

Иногда льезон осторожно вмешивают в блюдо перед тепловой обработкой, а иногда продукты просто погружают на некоторое время в льезон перед жаркой.

Например, довольно известным во французской кухне льезоном-загустителем считается яично-сливочная смесь *(,liaison oeufet creme),* для приготовления которой свежие белки взбивают со сливками и затем добавляют в слабокипящую жидкость, не допуская закипания (так, например, загущают похожие на крем протертые супы-велутэ – *veloute)*. В английском языке такой кулинарный прием называется *bind*, а сам связывающий продукт – *binder*; однако вполне употребимо и французское слово.

**Мангольд,** или листовая свекла (*Swiss chard),* – овощное растение семейства маревых, широко культивируемое в Западной и Южной Европе, а также в США. Листья мангольда по вкусу напоминают шпинат (из-за чего растение иногда называют *«spinach beet»),* а стебли – сельдерей. Листья широко используют в салатах, варят на пару и жарят; они служат заменителем шпината, а стебли готовят, как спаржу.

**Марсала** (*Marsala)* – возможно, самое знаменитое итальянское десертное крепкое белое вино, издавна производимое на острове Сицилия в окрестностях городов Марсала и Трапани из винограда, выращиваемого на вулканической почве Этны. Первое промышленное производство марсалы основано в 1796 году, а уже через два года первые его партии были отправлены на Британские острова. По вкусу и крепости (16–20 %) марсала похожа на мадеру, но большинство ее сортов более сладкие – с содержанием сахара до 16 %, хотя

производят и сухие сорта с низким содержанием сахара. Сухая «Марсала» – прекрасный аперитив, а сладкую обычно подают к десерту (слегка охлажденной на 5–6 ˚С ниже комнатной температуры), а также используют это вино для приготовления различных десертов.

**Меласса** (*molasses*) – густая сиропообразная жидкость (патока) темно-бурого цвета со специфическим запахом. Получается как побочный продукт при переработке сахара из свеклы или сахарного тростника. Американцы используют мелассу как сладкий сироп к блинчикам и вафлям, для приготовления имбирного хлеба и многих других кондитерских изделий. Очень темная густая меласса (черная патока) называется *«blackstrap»* и используется при промышленном производстве рома.

**Морнэ-соус** (*mornay*) – разновидность ставшего достоянием международной кулинарии французского соуса бешамель. Его готовят, добавив в классический вариант бешамеля немного тертого швейцарского сыра грюйер или английского чеддера, сливок, а иногда – яичный желток и рыбный бульон. Соус морнэ французы обычно подают к рыбным и овощным блюдам (особенно к блюдам, приготовленным во флорентийском стиле – *ala Florentine),* а англичане запекают под ним устрицы в раковинах.

**Мраморное мясо** (*marble meat)* – отборная говядина с тонкими прослойками жира, которые делают его вкус удивительно сочным, легким и нежным. Такое мясо в США получают от специально вскормленных кукурузой бычков абердино-ангусской породы *(Aberdeen Angus),* а лучшим в мире считается мраморное мясо элитных бычков *(Kobe beef),* выращенных на японском острове Кобе. Их пасут на чистейших лугах, затем подвешивают в люльке и держат на специальной диете, включающей большое количество пива, а чтобы мясо не было слишком жирным, периодически массируют рисовым вином – саке.

**Навель** *(navel orange),* или «пупочный» апельсин (от *«navel»* – пупок), – сорт «пупочных» бессемянных, очень сладких крупных апельсинов с легко очищаемой ярко-оранжевой кожурой и желто-оранжевой мякотью. Такое название эти апельсины получили из-за того, что там, где плод крепится к ветке, образуется второй маленький неразвитый апельсинчик, похожий на пупок.

**Нантюа,** соус (*nantua)* – знаменитый французский соус, приготовленный из соуса бешамель, сливок и растертого в пасту отваренного мяса раков, крабов и креветок. Так же называются и блюда из раков, крабов или креветок, подаваемые с этим соусом. Нантюа – одно из самых знаменитых парадных блюд французской кухни, недаром в книге рекордов Гиннесса, куда в качестве самого дорогого банкета в мире внесено застолье в честь 2500-летия Ирана в октябре 1971 года, в меню особо упоминается «мусс-нантюа из раковых шеек» как одно из наиболее тонких и изысканных блюд того роскошного обеда.

**Окра** *(okra)* – см. бамия.

**Папайя** (*papaya*) – плод тропического дерева с крупными сферическими или овальными плодами длиной от 7,5 до 50 см и весом от 0,5 до 10 кг. Сочная кисло-сладкая мякоть с приятным мускусным оттенком немного напоминает дыню. Зрелые плоды папайи употребляют в пищу в свежем виде, перерабатывают на сок, компоты, джемы, а недозревшие готовят, как тыкву или кабачок. Свежий плод обычно режут пополам, удаляют собранные в центре и похожие на крупные икринки блестящие черные семена и едят мякоть ложкой, или нарезают ломтиками и едят с соком лайма – это удивительно освежающий десерт. Иногда половинки плодов смазывают медом и поджаривают на гриле.

**Пармезан** *(Parmesan),* или пармезанскии сыр, – один из самых известных в мире, увековеченный Боккаччо итальянский сорт твердого сухого сыра из снятого коровьего молока. Созревает в течение нескольких лет, после чего приобретает твердую бледно-золотистую корочку, приятный острый аромат и солоноватый вкус. Тяжелые головки пармезана (обычно более 10 кг) практически невозможно разрезать обычным ножом, поэтому перед употреблением его натирают на терке и используют для заправки различных блюд. В магазине можно купить уже натертый и расфасованный пармезан, но он не идет ни в какое сравнение со свеженатертым. Итальянцы посыпают пармезаном хлеб, супы, спагетти, а в итальянских ресторанах его подают как приправу наравне с солью и перцем. В международной ресторанной терминологии существует специальный термин *alia parmigiana*, которым называют все блюда, приготовленные с тертым пармезанским сыром. Этот сыр, который около 700 лет назад начали производить в окрестностях итальянского города Пармы (откуда и его название – «пармезанский»), сегодня по той

же самой технологии делают во многих странах мира, в том числе и в США.

**Припускание** (*poaching*) – кулинарный прием, при котором продукты (яйца, рыбу, птицу или овощи) варят в слегка кипящей или еще не доведенной до кипения воде (при температуре 94 °С). Время такой варки обычно не превышает 3–4 мин. Мясо, птицу и рыбу обычно припускают в бульоне, яйца-пашот – в слегка подсоленной и подкисленной уксусом воде, а фрукты – в сахарном сиропе. Такой «щадящий» способ приготовления позволяет сохранить форму и вкусовые качества продуктов, а также придать им желаемые вкусовые оттенки (бульона, сиропа и т. п.).

**Пекарский порошок** *(baking powder)* – смесь соды, рисовой муки (или крахмала), углекислого аммония и винного камня, применяемая в кулинарии как разрыхлитель теста.

**Пектин** *(pectin)* – содержащийся во фруктах и ягодах полисахарид, важнейшее практическое использование которого связано с его способностью в присутствии сахара и кислот к образованию прочных гелей или студней. Поэтому пектин применяют как естественный желирующий продукт (вместо желатина), например для приготовления фруктовых желе, джемов, мармелада и т. п.

**Песто** *(pesto)* – классический холодный итальянский соус. Его готовят из свежего базилика, чеснока, оливкового масла, орешков пинии (итальянской сосны) и тертого пармезана, в современные версии включают петрушку, кинзу или мяту. В классическом варианте базилик, чеснок и орешки толкут в мраморной ступе деревянным пестиком вручную (даже само название соуса связано с итальянским словом *pestare* – «толочь в ступе»), постепенно добавляя сыр и оливковое масло.

**Полента** (*polenta*) – северо-итальянское (пьемонтское) блюдо, густо заваренная на бульоне или на воде желтоватая кукурузная каша из грубомолотого зерна. Подается с тертым сыром, луком, чесноком и острыми соусами, чаще всего с томатными. Иногда такую кашу запекают, а застывшую просто обжаривают в смазанной жиром сковороде, получая своеобразный кукурузный пирог *(polenta alforno)*. Перед подачей обжаренную поленту нарезают ломтиками, посыпают сыром или поливают соусом. Полента не менее любима и на юге Франции (особенно в кухне

Лазурного берега), где сильно итальянское влияние, – она прекрасно подходит в качестве гарнира к любому мясу.

**Пулярка** (*poularde*) – французское кулинарное название специально откормленных мясных кур, ставшее международным (это слово сегодня можно увидеть и в российских магазинах на упаковках импортных потрошеных кур). Пулярки значительно мясистее обычных кур, за что их в российской поварской терминологии иногда называют «куры для быстрого жарения». Пулярку принято жарить целиком или половинками.

**Ремуляд** (*remoulade*) – классический французский соус, который готовится из каперсов, мелко рубленных маринованных огурчиков, шнитт-лука, трав, анчоусов, уксуса, горчицы, перца, подсолнечного масла, яиц и соли. Такой соус обычно подается охлажденным к холодному мясу, рыбе и морепродуктам (особенно к креветкам).

Новоорлеанская версия ремуляда обычно значительно острее, чем классическая французская, кроме того, луизианские повара в такой соус добавляют больше сваренных вкрутую яиц. Ремуляд, приготовленный с зеленью петрушки (такой соус приобретает зеленоватый оттенок), французы обычно называют «зеленым» (*«remoulade verte»)*.

**Рикотта** (*ricotta*) – итальянский свежий, слегка соленый белый сыр из коровьего или овечьего молока, напоминающий по консистенции творог. Нежирную рассыпчатую рикотту делают нагреванием сыворотки, оставшейся от приготовления таких известных итальянских сыров, как моццарелла и проволоне (а не из молока), чем и объясняется дословный перевод итальянского слова *«ricotta»* – «повторно сваренный». Рикотту обычно именуют по провинции, где она приготовлена, например: *ricotta Siciliano* (Сицилия), *ricotta Piemontese* (Пьемонт) и т. д. Кроме того, рикотту различают по плотности и вкусу: *ricotta dolce* (невыдержанная, мягкая, сладковатая); *ricotta moliterno* (суховатая, подсоленная); *ricotta forte* (твердая, соленая). Этим сыром итальянские кулинары начиняют макаронные изделия (пасты), а также используют для приготовления итальянской разновидности ленивых вареников *gnoccetti di ricotto* и некоторых сладких десертов.

**Романе** (*Romano*) – итальянский твердый сыр из коровьего молока, используемый поварами в тертом виде в салатах, макаронных изделиях (пастах) и т. п. Романо (дословно «римский сыр») очень похож на пармезан, но имеет более соленый вкус. В

Италии существует несколько разновидностей этого «римского» сыра, из которых наиболее известны: *pecorino Romano* (пекорино-романо) – острый соленый сыр из овечьего молока; *caprino Romano* (каприно-романо) – очень острый сыр из козьего молока и *vacchino Romano* (вакино-романо) – неострый сыр из коровьего молока. Сегодня сыр романо производят во многих странах мира, в том числе и в США.

**Ру** (*roux*) – используемая в классической французской кухне и чрезвычайно популярная в креольской и каджунской кухнях смесь из равных количеств муки и жира. Ее обжаривают на сковороде и используют для загущения соусов, супов и рагу. Чаще всего для приготовления ру используют сливочное масло, хотя также подходит свиной и птичий жир, маргарин, а также растительные масла. Мука обжаривается в жиру, для того чтобы из нее исчез неприятный привкус сырого крахмала, а цвет полученного продукта (от белого до коричневого) зависит от времени обжаривания. Специалисты считают, что светлые ру лучше готовить со сливочным маслом, а более темные – с растительным; при этом первые используются для приготовления таких именитых соусов, как велутэ и бешамель, а вторые – для коричневых соусов на базе мясного бульона. Светлые разновидности ру добавляют в овощные, легкие мясные и рыбные блюда, а иногда просто смешивают с луком, сельдереем, сладким перцем и чесноком и просто намазывают эту смесь на хлеб. Темные обладают меньшей загущающей способностью, однако придают блюду большее своеобразие.

**Руйе** (*rouille*) (буквально «ржавчина») – густой красно-коричневый французский соус, его готовят на основе рыбного бульона с кайенским перцем, чесноком и оливковым маслом, в некоторые версии добавляют шафран и помидоры. Соус руйе подают с белыми гренками к марсельскому буйабесу, а также к другим рыбным супам и блюдам.

**Саламандра** (*salamander*) – так кулинары называют специальный прибор для быстрого подрумянивания поверхности различных блюд. В самом простом его варианте используют чугунный диск на длинной ручке. Его раскаляют докрасна и держат некоторое время на очень близком расстоянии над блюдом. Сегодня существуют более современные электрические приборы такого типа, например небольшая открытая термокамера (без дверцы) с раскаленной спиралью, под которую ставится блюдо.

**Салат ромэн** (*romaine lettuce*), или римский салат, – вид латук-салата, образующего кочан удлиненно-овальной формы с хрустящими сочными темно-зелеными листьями. «Римским» салатом его называют австралийцы и американцы, у англичан он больше известен как *cos lettuce* (кос-латук), или просто *cos.* Дело в том, что этот вид латук-салата особенно ценили римляне – они называли его «косским», так как считали родиной салата остров Кос в Эгейском море. Ромэн лучше всего подходит для знаменитого «салата Цезаря» *(Caesar salad),* ставшего чуть ли не «дежурным блюдом» большинства американских и многих европейских ресторанов.

**Сассафрас** (*sassafras*) – род листопадных деревьев семейства лавровых, растущих в приатлантических штатах Северной Америки, континентальных районах Китая и на острове Тайвань. Кора очень горьких корней растущего на американском континенте вида *Sassafras albidum* (его иногда называют *«augue tree»)* содержит алкалоид сафрол, который считают канцерогеном, особенно вредным для печени. Поэтому за пределами США к сассафрасу относятся с подозрением. Однако эфирное масло, добываемое из корней (после удаления из него сафрола), широко применяется в США для ароматизации пива и мясных изделий, как лекарственное средство, для ароматизации чая, а когда-то даже входило вкусовой и ароматической добавкой в типично американский напиток *root beer.* Порошок из высушенных молотых листьев сассафраса со свежим слабым лимонным ароматом, называемый в Луизиане *file powder,* является неотъемлемой частью креольской кухни и используется как загуститель в супах, рагу и особенно при приготовлении знаменитого луизианского гумбо.

**Составное масло** (*compound butter)* – вид специально приготовленного масла, в которое вводят различные добавки (травы, чеснок, вино и т. п.). В международной ресторанной терминологии существует несколько видов такого масла, близкого по своему значению к соусу: например, масло «метрдотель» (*maitre d'hotel butter*), его подают к рыбе и жареному мясу, выкладывая его сверху К этому виду относится и улиточное масло, или масло «эскарго» (*escargot butter*), подаваемое к улиткам. Обычно готовую смесь формуют в цилиндры, заворачивают в пергамент или фольгу и хранят в холодном месте, отрезая от них «кругляши» по мере надобности. Иногда составное масло подают отдельно – в соуснике, заполненном ледяной

водой.

**Соте** *(saute)* – ставшее международным блюдо французской кухни, приготовленное на сильном огне в разогретом растительном или сливочном масле в специальной открытой металлической сковородке-сотейнике с длинной ручкой и прямыми высокими бортами.

**Табаско** *(Tabasco)* – «король» всех перечных соусов, основой которого является жгучий перец-чили сорта *Tabasco.* Для его приготовления свежие стручки перца чили перемалывают, засаливают и ферментируют в деревянных бочках в течение трех лет, а для получения соуса в готовую приправу просто добавляют уксус и расфасовывают в маленькие бутылочки характерной формы, емкостью 150 мл. Придумал соус в 1868 году луизианский предприниматель Эдмунд Макилинни – до сих пор его потомки эксклюзивно владеют знаменитой на весь мир торговой маркой, а компания *«Mcllhennys»* поставляет в год около 50 млн бутылочек Табаско более чем в сто стран мира.

**Тамаринд** *(tamarind),* или индийский финик *(Indian date),* – вечнозеленое дерево семейства бобовых. Его широко культивируют ради съедобных крупных (до 15 см длиной) сочных кисло-сладких плодов-стручков, внутри которых находятся мелкие семена и кисловато-сладка я бурая мякоть. Незрелые стручки употребляют в пищу в свежем и сушеном виде (при высушивании их мякоть становится чрезвычайно кислой и вяжущей на вкус) – их добавляют в различные блюда и соусы для придания им кислой фруктовой ноты, а также используют для приготовления напитков, соков, джемов и в кондитерской промышленности.

**Террин** *(terrine)* – паштет с довольно грубой структурой из рубленого мяса (часто свинины), птицы или рыбы, который готовят, запекая в духовке. Блюдо родом из Турени (регион долины реки Луары), а его название происходит от одноименной глубокой глиняной миски с крышкой и ручками, в которой в старину готовили и хранили мясо и рыбу. Иногда форму для террина выстилают ломтиками бекона, наполняют фаршем, закрывают сверху беконом, запекают, но подают все равно холодным. В отличие от террина, обычный французский паштет *(pate)* имеет более тонкую структуру и часто готовится в тесте, а не в специальной форме.

**Травы Прованса** *(herbes de Provence)* – вошедшая в мировую кулинарию смесь сухих трав, наиболее широко используемая в кухне Южной Франции. Обычно в эту смесь входят: базилик, семена фенхеля, цветки лаванды, майоран, розмарин, шалфей, чабер и чабрец. Травы Прованса во многих кухнях мира используют как приправу к мясу, птице и овощам.

**Трюфель** (*truffle*) – подземный гриб с мясистым плодовым телом и исключительно приятным вкусом и ароматом. Существуют две основные разновидности трюфелей.

**Белый трюфель** *(white truffle)* – гриб желтоватого, охристого цвета, растет в дубовых и каштановых лесах Италии, Хорватии, Словении, Польши и по форме и величине напоминает картофель с приятным грибным, слегка чесночным вкусом и ароматом. Еще в начале прошлого, XX века белые трюфели можно было встретить и в России (в Подмосковье), но теперь они практически исчезли.

**Черный трюфель** *(black truffle)* – вид трюфеля, представляющий собой очень ароматный клубень, черный бородавчатый снаружи и красновато-черный со светлыми прожилками внутри. Черный трюфель растет в дубовых и буковых рощах главным образом в Южной Франции и Северной Италии. Черным трюфелям необходима тепловая обработка для полного раскрытия их вкуса и аромата, а белым она не нужна, их лучше всего просто сырыми нарезать тонкими ломтиками и добавлять в салаты и различные блюда непосредственно перед подачей. Трюфели широко используют во французской и итальянской кухнях как добавку к паштетам, колбасам и мясным соусам, однако они великолепны и сами по себе: обжаренные в золе и даже просто сырые – с солью и перцем.

**Турецкий горох (нут)** – видовое латинское название нута *arietinum* (бараний) связано с тем, что его семена похожи на миниатюрную голову барана (обладая определенной долей воображения, можно даже разглядеть скрученные рога); с этим же связано и одно из его русских названий – бараний горох. Другое русское название «нут», возможно, связано с тем, что это растение в старину использовалось исключительно как корм для домашнего скота, который на Руси называли «нута» (отсюда произошло, например, и такое забытое старорусское слово, как «нутник» – мясник). Однако вполне вероятно, что слово «нут» связано с турецким названием этого гороха *nohut*; например,

турецкое блюдо из баранины, тушенной в томатной пасте с турецким горохом-нутом, называется *etli nohut.* Эта версия вполне правдоподобна, так как еще одно русское название «турецкий горох» явно указывает на источник появления нута в нашей стране.

Бобы нута немного крупнее обычного гороха, и перед употреблением их всегда вымачивают и освобождают от плотной коричневой кожицы, которой они покрыты. Этот вид широко используют кулинары многих стран мира для приготовления различных блюд и супов, производства кондитерских и макаронных изделий и как добавку в различные салаты. Нут – один из классических продуктов в кухне Средиземноморья и Среднего Востока.

**Фенхель** *(fenhel*), или сладкий укроп, – пряное растение, безусловно признанное кулинарами всего мира. Из европейских стран фенхель более всего известен и любим во Франции, где его иногда включают в традиционную смесь пряных трав Прованса *(herbes de Provence).* Из свежих корней фенхеля (луковиц) и листьев с мягким лакричным вкусом готовят салаты, добавляют их к тушеной рыбе и свинине, а его плоды с нежным, чуть анисовым запахом используют как ароматическую добавку в супах, рыбных и мясных блюдах, а также посыпают ими выпечные изделия и блюда из овощей. Фенхель особенно незаменим при приготовлении морепродуктов и рыбных блюд – в Италии и по всему Средиземноморью с его семенами, листьями и стеблями готовят кефаль и сардины, особенно когда этих рыб жарят на углях.

**Фин-эрб,** или «тонкие травы» *(fines herbes*), – широко распространенная во французской кухне смесь свежих мелко рубленных трав. Классический вариант включает: эстрагон, петрушку, кервель и шнитт-лук, иногда в нее дополнительно включают черноголовник, чабрец и жеруху. Такая смесь может составляться и из сушеных трав, но при этом теряет свой неповторимый вкус и аромат. Используют ее как приправу в блюдах из курятины и рыбы, а также в омлетах и супах, причем добавляют только в самом конце варки и не вынимают перед подачей блюда (в отличие, например, от «букета гарни»).

**Фонтина** (*Fontina*) – полутвердый итальянский сыр из цельного коровьего молока. Его считают одним из лучших сыров Италии и издавна производят в долине Валле-д'Аоста, на северо-западе страны, из-за чего иногда называют *Fontina Valle d'Aosta.*

Бледно-желтый сыр с крошечными дырочками и темной золотисто-коричневой корочкой созревает около 3 месяцев, имеет нежный пикантный вкус и легко плавится, что делает его особенно пригодным для фондю. На каждую головку этого сыра издавна наносится картинка с изображением горы Маттерхорн (4481 м), расположенной на границе Италии и Швейцарии. Сыр фонтина делают не только в Италии, но и в Дании, Франции и США – в этих странах он получается обычно более мягким.

**Фуа-гра** *(foie gras)* – известнейший французский деликатес из увеличенной печени (буквально «жирная печень») специально откармливаемых в течение 4–5 месяцев гусей или уток (гусиная печень считается более вкусной). Паштет из гусиной печенки pate *de foie gras* был широко известен и в дореволюционной России, где назывался «страсбургским паштетом» (по названию Страсбурга – главного города французского Эльзаса, который особенно славился этим продуктом). В лучшие марки паштета к печени добавляют трюфели, яйца, арманьяк и т. п. (что и предлагается в одном из рецептов Фрица).

**Цитрон** *(citron),* или цидрат, – дерево, которое считается первым из цитрусовых, стало культивироваться в Европе и Западной Азии задолго до появления там лимона и апельсина. Овальные или чалмовидные плоды цитрона имеют очень толстую бугристую (редко, гладкую) кожуру лимонно-желтого или оранжевого цветов. Они более крупные (12–14 см длиной), менее сочные и кислые, чем лимон. Из очень ароматной кожуры этого плода делают цукаты, а кислую мякоть используют для приготовления напитков и как приправу (особенно в тайской кухне).

**Цуккини** *(zucchini)* – сорт небольших (10–15 см длиной) летних кабачков, широко распространенных в кулинарии большинства европейских стран, США и Австралии. Кабачки-цуккини имеют темную или светло-зеленую кожуру и подходят практически для любого вида тепловой обработки. Их можно варить на пару, жарить на гриле или в масле, тушить и запекать.

**Чашка** *(cup)* – мера объема, используемая во многих американских кулинарных рецептах и равная примерно 250 мл (обычный граненый стакан).

**Чеддер** (*Cheddar)* – возможно, самый известный сорт английского полутвердого острого сыра без корки. Его родиной

является деревня Чеддер на возвышенности Мендип-Хилс в графстве Сомерсетшир (юго-запад Англии). Здесь с XV века производят из коровьего молока этот плотно спрессованный сыр, который выдерживают от 3 месяцев до года. В готовом виде он должен иметь равномерную текстуру без трещин и дырок, мягкий сырный запах и кремовый или желтый цвет, хотя иногда его специально окрашивают в различные оттенки оранжевого, добавляя в молоко перед закваской овощные красители. Сегодня чеддер производят во многих странах мира, в том числе и в США.

**Четыре специи** *(quatre epices)* – см. катр-эпис.

**Чеширский сыр** *(Cheshire)* – один из самых известных и, возможно, древних сортов английского сыра, первоначально производимый в графстве Чешир (Центральная Англия), знаменитом своими молочными фермами. Иногда этот сыр называют «честер» *(Chester)* – по имени главного города графства Чешир на западе Центральной Англии. В продажу он поступает в трех вариантах: белый (бледно-желтый); красный (абрикосовый цвет обусловлен добавкой семян тропического дерева аннато) и голубой (с золотистой мякотью и прожилками голубой плесени). Чеширский сыр прекрасно плавится, и поэтому его часто используют для приготовлении гренок. Любителям сказки Л. Кэрролла «Алиса в стране чудес» наверняка запомнился улыбчивый Чеширский кот, само происхождение которого, возможно, связано с тем, что в старину головкам чеширского сыра придавалась форма кошачьей головы.

**Шантийи (***chantilly***)** – термин французской кухни, который описывает блюда и соусы (как сладкие, так и несладкие), приготовленные или поданные со взбитыми сливками. Например, *soupe chantilly* (суп шантийи) – чечевичный суп-пюре со взбитыми сливками и маленькими куриными клецками; *creme chantilly* (крем шантийи) – слегка подслащенные взбитые сливки с добавлением ванили или ликера, которыми обычно украшают многие десертные блюда. Название восходит к некоему Кантилиусу (*Cantillius*), который выстроил в 35 км от нынешнего Парижа первую укрепленную усадьбу и по имени которого местечко стали называть Шантийи (*Chantilly*). В 1774 году принц Конде создал здесь *Hammeau* (хуторок), где принимал гостей, устраивал праздники, званые обеды и увеселения на открытом воздухе. Его гости долго вспоминали о замечательном креме из взбитых сливок, придуманном поваром Конде, легендарным Франсуа Вателем.

**Шартрез** *(Chartreuse*) – знаменитый французский ликер, получивший свое название по названию картезианского монастыря *La Grande Chartreuse* во Франции, где он был создан монахами в 1605 году. До сих пор его готовят в районе Гренобля по старинному рецепту на основе виноградного бренди и 130 различных трав (мелиссы, ангелики, корицы, иссопа, шафрана и др.). Ликер выпускают в двух версиях: желтый – менее крепкий (40–43 %), содержащий 120 компонентов, и зеленый – более крепкий (55 %), содержащий 250 компонентов. Для большинства наших читателей его название хорошо знакомо – зеленый ликер с таким же названием успешно выпускался и нашей промышленностью.

**Шнитт-лук** *(chives),* или лук-скорода, – вид лука, произрастающего в Европе, Северной Америке, Средней, Центральной и Восточной Азии. Тонкий и приятный вкус шнитт-лука объясняет его огромную популярность в странах Центральной и Западной Европы. Мелкие, узкие, трубчатые, очень нежные ярко-зеленые листья с выразительным, но не слишком острым вкусом кладут в салаты, супы, соусы, мясные блюда и даже начинки для пирожков. Мягкий вкус и аромат шнитт-лука хорошо гармонирует с блюдами из яиц, картофеля и огурцов, которые принято подавать с нежными соусами на базе сливок.

**Эндивий бельгийский** *(Belgian endive*) – растение с белыми плотными, мясистыми листьями, собранными в продолговатый кочан. Его вывел в 1850 году главный садовник Брюссельского ботанического сада. Сегодня эндивий выращивают в полной темноте, используя достаточно трудоемкую технику этиолирования (обесцвечивания). В результате его белые листья не приобретают зеленого цвета из-за отсутствия хлорофилла, зато становятся особенно нежными и не слишком горькими, что объясняет высокую стоимость бельгийского эндивия на мировом рынке. Собранные в кочан чуть горьковатые листья очень хороши в салатах, их также можно обжаривать или запекать и подавать как гарнир к блюдам из дичи.

**Эндивий курчавый** (*curly endive)* – вид эндивия, который часто в США ошибочно называют цикорием *(chicory)*. Его зеленые кудрявые, более раскрытые, чем у обычного эндивия, кочанчики имеют слегка горьковатый вкус и прекрасно подходят для салатов.

**Эскариоль** *(escarole)* – вид эндивия с широкими салатоподобными листьями бледно-зеленого цвета, которые имеют нежный пресный вкус и поэтому хорошо подходят для зеленых салатов. Эскариоль наиболее широко распространен в блюдах итальянской и французской кухонь. Другое его название, *Batavian endive* (батавский эндивий), связано с «батавами» – племенами, заселявшими в древности территорию Нидерландов.

**Эспаньоль,** или испанский соус *(sauce espagnole*)**, –** французский коричневый соус из сливочного масла, шампиньонов или белых грибов, полусухого белого вина, концентрированного мясного бульона фюме *(fumei)* и красного пикантного соуса *(piquante)*. Этот тонкий соус, который во французской кухне является одним из пяти базовых, обычно подают к говядине, свинине и дичи. Во французской кухне термином *a lespagnole* (по-испански) называют и блюда, приготовленные в испанском стиле, – с большим количеством помидоров, лука, чеснока и сладкого перца. Так, например, французы готовят испанский омлет – *omelette espagnole.*

# Послесловие Ильи Лазерсона

В организованной трапезе есть завершающее действо, называемое «дижестив», – это подача некоего напитка, часто алкогольного, небольшая доза которого помогает желудку справиться с содержимым. Мое послесловие здесь является своеобразным «дижестивом».

Не думаю, что так уж необходимо помогать вам, читатель, «переварить» содержание книги. Вспоминается старый анекдот.

Учитель спрашивает у детей на уроке:

– Дети, вы поняли?

– Нет!

– А теперь поняли?

– Нет!

– Дети, я сам уже давно понял, а вы все еще не понимаете…

А теперь без шуток. Мне показалось, что книга получилась не о том, как учиться готовить, а о том, как *учиться учиться* готовить. Заметьте, между глаголами «учиться» нет запятой. Порой ведь люди эффективно учатся на примерах «как не надо». В этой работе мы не преподносили материал подобным образом, но уверены, что если у вас что-то не получится с первого раза, то следующая попытка будет успешной. Признаюсь, я пытался спровоцировать вас развить (или приобрести) кулинарное мышление.

Откровенно замечу, что я далеко не самый лучший повар в Петербурге, тем более не лучший в стране, однако, как показывает практика и карьера моих учеников-профи, мне удается привить людям некое ощущение еды, привить способность чувствовать ее вкус «кончиками пальцев», развить кулинарную интуицию.

Очень важно не забивать голову фактами и цифрами. Я, разумеется, пишу и другие книги, где приводятся конкретные рецепты. Пишу и буду писать, однако идея концептуальной кулинарии – со мной, я ее буду развивать и работать, как принято говорить, в этой нише. Возможно, следующей книгой такого рода будет что-то вроде «Как не надо готовить», где я обстоятельно расскажу, как и что не надо делать в кулинарии, и объясню почему. У меня в голове и в памяти компьютера находится много конкретных примеров «как не надо»: покупать продукты, хранить их, готовить, есть, пить, принимать гостей, организовывать пикник, вечеринку в офисе. Если вас, читатель, такая идея привлекает, пожелайте мне здоровья и долгих лет.

Ну и моему коллеге по радиопередаче «Скорая кулинарная

помощь» Михаилу Спичке – тоже. На всякий случай.

До встречи в эфире!

**notes**

# Примечания

# 1

Пулярка – холощенная откормленная курица.

# 2

Перевод Б. Ярхо.

# 3

Перевод с чешского П. Богатырева.